ALBERTO VILLOLDO PH.D.

CHAMÁN, SANADOR, SABIO

Como sanarse uno mismo y a los demás con la medicina energética de las Américas

PRÓLOGO

Este libro es el resultado de mis viajes y de mi formación con los chamanes incas. La civilización inca fue una de las más grandes civilizaciones de América, además de ser los constructores de Machu Picchu. Vivían en ciudades que se hallaban entre las nubes, con calles pavimentadas con guijarros, que se limpiaban todas las noches haciendo correr por ellas e1 agua procedente del sistema de canales de la ciudad. Los chamanes incas practicaron la medicina energética durante más de cinco mil años, transmitiendo estos conocimientos de generación en generación a través de la tradición oral. Durante veinticinco años, estudié con los mejores chamanes y chamanas incas. Los ritos en los que fui iniciado en las altas montañas de los Andes y en el

Amazonas observaban las tradiciones antiguas y, en ocasiones, precisaban de meses de preparación. Estos ritos liberaban al aprendiz de una vida bajo las garras del miedo, la codicia, la violencia y una sexualidad depredadora. Mi búsqueda la dirigió un viejo inca llamado Antonio Morales, y mis aventuras con Don Antonio en la Amazonia y en el altiplano andino quedaron documentadas en mis anteriores libros, *Island of the Sun* y *Dance of the Four Winds.* [1]

Las técnicas para sanar con el espíritu y la luz que aparecen en este libro constituyen mi reinterpretación contemporánea de antiguos ejercicios sanadores. Las versiones de la manera de ver del chamán que yo denomino la segunda conciencia y el proceso de extracción siguen utilizándose en América del Norte y América del Sur. Los ritos de muerte tienen su origen en el Amazonas, y forman parte de un cuerpo de 1. *La isla del Sol* y *La danza de los cuatro vientos. (N. del T.)*

conocimientos desarrollado por hombres y mujeres que trascendieron nuestras ideas del tiempo y de la muerte. El proceso de iluminación lo desarrollé con mi mentor, Don Antonio, a partir de lo que queda de un ejercicio inca casi olvidado sobre sanación a través del campo de energía luminosa. Estas técnicas son extraordinariamente poderosas y efectivas, y deben usarse

únicamente en el marco del más estricto código ético y la más inalienable integridad.

En la primera parte del libro, se ofrece un trasfondo del sistema de creencias en el que se basan estas técnicas. En la segunda parte, se proporcionan técnicas con las que aprender la forma en que el chamán ve, y para crear el espacio y los ejercicios sagrados con los que usted podrá experimentar a favor de su sanación personal. Por favor, no las utilice con los demás sin la preparación adecuada de un maestro médico. En la tercera parte, se describen las técnicas avanzadas que utiliza el maestro médico, esa persona que ha llevado a cabo su aprendizaje supervisado por un maestro cualificado. En estos capítulos se habla de los procedimientos que se utilizan para desbloquear la respuesta inmunológica, para extraer energía y entidades intrusas, así como para asistir a una persona querida que está realizando su viaje de regreso al mundo del Espíritu.

La sanación energética no está exenta de peligros, tanto para el cliente como para el sanador. Son demasiados los sanadores mal preparados que utilizan la sanación energética sin comprender la mecánica del campo de energía humano. He conocido a personas diagnosticadas de cáncer a las que se había aplicado «sanación energética» en el tumor, sólo para encontrarse con que el cáncer se difundía por todo el cuerpo. Para su sorpresa, descubrieron que el cáncer medra con determinadas formas de energía. También he conocido a personas que padecían graves trastornos psicológicos y que habían sido tratadas por sanadores no cualificados, sólo para

descubrir que su trastorno se exacerbaba y que se reforzaban los síntomas de su neurosis o de su trastornada visión del mundo. Uno de estos casos fue el de una mujer que vino a verme después de perder a su hija en un accidente de automóvil. La mujer había ido a un psíquico, que le había dicho que su hija siempre estaría a su lado, y que lo único que tenía que hacer era «abrirse» para sentir la presencia de su hija. La mujer tuvo una sensación inmediata de alivio, pero a los pocos días comenzó a padecer insomnio. Al cabo de una semana sin pegar ojo vino a verme. Lo primero que me dijo era que quería morir y que estaba dispuesta a quitarse la vida. Comprobé 12

la posibilidad de que se diera la presencia de una entidad intrusa (véase capítulo 8), y la prueba dio resultado positivo. El espíritu de la niña se había aferrado al campo de energía luminosa de la madre, buscando en ella refugio ante la confusión y la agitación que se experimentan tras una muerte traumática. El consejo del sanador de que «se abriera», aunque lo hiciera sin mala intención, estaba manteniendo a madre e hija en plena confusión emocional y dolor psíquico.

En nuestra primera sesión, la madre entregó a su hija a los sanadores luminosos, que se encargarían de llevarla hasta la luz del mundo del Espíritu. Para ella fue difícil dejarla ir. Durante el proceso de iluminación, vio la muerte como una puerta al infinito, y sintió que su hija estaba separada de ella por un fino velo. Poco después comenzó a dormir de nuevo profundamente. Más tarde, sellaríamos la abertura que había en su campo de energía luminosa, a través de la cual había entrado el espíritu de su hija.

Como una herida abierta, este desgarro en su campo de energía era una invitación para otras entidades espirituales oportunistas y demás energías problemáticas. Después, dedicaríamos unas cuantas sesiones a sanar su pena. La animé a que acudiera a un psicoterapeuta especializado en el tratamiento de personas que se estuvieran recuperando de una pérdida. Estoy convencido de que, de haber continuado con las indicaciones del psíquico, esta mujer habría terminado quitándose la vida. Pero, por suerte, se sumergió en su viaje sanador con coraje y determinación. En la actualidad, es una sanadora compasiva y de talento, que ayuda a otras personas que han sufrido alguna pérdida en su vida.

MAGIA NEGRA Y MAGIA BLANCA

Cuando tenía algo más de veinte años, me estaba preparando para una expedición al Amazonas cuando recibí una llamada de la fundación que financiaba mis investigaciones. Necesitaban un antropólogo para completar unas investigaciones sobre los sanadores vudúes en Haití. Me sentía reacio a ir, dado que sabía muy poco de las prácticas sanadoras de origen africano de Haití. El director de la fundación me dijo que sólo serían diez días, y que tendría que ayudar a un antropólogo de mayor rango en el proyecto, y terminó por persuadirme cuando mencionó que esta ba revisando mi solicitud de subvenciones para regresar al Amazonas. Cinco días más tarde aterrizaba en Puerto Príncipe. El antropólogo jefe 13

era un hombre de casi cuarenta años, que se había pasado prácticamente un año en Haití. Me dijo que los franceses que habían colonizado la isla habían sido los peores esclavistas del Nuevo Mundo. Mientras la expectativa promedio de vida de un esclavo negro tras su llegada a América era de treinta años, las expectativas de vida de un esclavo que hubiera tenido la mala fortuna de terminar en Haití era sólo de dos años. Me explicó también que, en su origen, el vudú era una práctica sanadora del África subsahariana, y que en la isla se había utilizado también para hacer daño a los propios enemigos, en especial a los despiadados dueños de los esclavos. Las técnicas eran idénticas, me dijo. Las mismas técnicas que uno utilizaba para sanar a alguien se podían utilizar para hacerle daño a otro. Las mismas

técnicas que se utilizaban para estimular el sistema inmunológico con el fin de erradicar un tumor canceroso se podían utilizar también para colmar de residuos el sistema inmunológico, llevando a la víctima a morir de neumonía en cuestión de semanas.

Siendo tan joven como era, estaba convencido de que lo sabía todo mejor que nadie. La magia negra, pensaba yo, sólo funciona con aquellas personas que creen en ella; de modo que, si no suscribes ese sistema de creencias, no te puede afectar. Me acuerdo de haber manifestado este convencimiento ante el antropólogo jefe mientras nos sentábamos en la terraza de una pequeña cafetería en el muelle. El antropólogo jefe me miró y sonrió.

–Estoy dispuesto a apostarme algo al respecto –dijo.

–Hecho –le respondí.

Nos apostamos cien dólares a que el vudú no podría afectarme. Nos dirigimos a la casa de un sacerdote vudú con el que él había estado trabajando. El anciano vivía en una destartalada cabaña de madera, sobre una colina que dominaba la ciudad. Tras las presentaciones habituales en el criollo haitiano de la zona, que mi colega hablaba con fluidez, él pasó a explicarle al hombre que yo no creía en el vudú, que pensaba que la magia del anciano era una invención, y le dijo que quería darme una lección. Yo entendía suficiente francés como para captar algunas palabras.

–No le haga daño -dijo.

El anciano se volvió hacia mí y sonrió.

–¿Quieres creer? –me preguntó en un entrecortado inglés, y se echó a reír a carcajadas.

Acordamos que él haría su trabajo al lunes siguiente, cuando yo volviera a California. 14

El día señalado yo estaba cenando con mis amigos, hablándoles de mi experiencia en Haití y de los poderes sanadores del vudú. Estaba pontificando acerca de la idea de que la creencia era un ingrediente importante de la ecuación, tanto para sanar a un enfermo como para hacerle daño a un adversario; que si tú te mantenías aparte de este sistema de creencias, simplemente no funcionaría, y que yo era la prueba viviente, dado que, aquella misma noche, el más malvado de los sacerdotes de Haití me estaba haciendo un trabajo... en vano. Todos brindaron por mi salud, levantando sus copas de vino. Eso fue el lunes por la noche. El martes y el miércoles me sentí bien, pero el jueves a media tarde empezó a dolerme la cabeza y, a primera hora de la noche, se había convertido en una migraña. Hacia las ocho, tenía el vientre revuelto, con espasmos intestinales, y sentía unas náuseas incontrolables. A medianoche sonó el teléfono, con una llamada a cobro revertido del antropólogo de Haití. Me dijo que no habían podido trabajar conmigo el lunes, tal como habíamos acordado, pero que habían hecho el trabajo aquel mismo día. Acababa de regresar a su hotel, después de la ceremonia, y quería saber si sentía algo. Gimiendo, le dije que volviera hasta donde se encontraba el sacerdote vudú y que le pidiera que deshiciera lo que me hubiera

hecho. En aquel momento, hasta la muerte habría sido un alivio para mí.

A la mañana siguiente, estaba casi recuperado, intentando convencerme de que todo aquello se habría debido a un virus intestinal. Acudí al centro de salud de la universidad, donde mi médico me hizo las pruebas oportunas, afirmando finalmente que no había ningún parásito. La lección me costó cien dólares, que en aquella época era muchísimo dinero para un estudiante graduado, además de una de las peores noches de mi vida; y descubrí que, del mismo modo que puedes ayudar a alguien con la sanación energética, también puedes hacerle daño. Con el tiempo descubriría que la sanación energética de un sanador mal entrenado suele ser equivalente a la magia negra, con independencia de lo bienintencionado que pueda ser el sanador. No sólo hay magia negra en Haití y en los pantanos de Louisiana, sino en cualquier lugar donde una persona con buena voluntad, aunque mal preparada, pone sus manos sobre los demás con la intención de sanarlas, pero sin saber que les está transmitiendo energías tóxicas. Los aprendices dicen a veces que esto no puede ocurrir si lo que haces es enviarle amor a la otra persona, dado que se supone que esta energía es pura y sagrada. Pero yo les recordaría a esos aprendices el dolor que se le puede infligir a otra persona en nombre 15

del amor. Con el tiempo, aún descubriría otro tipo de magia negra, una magia negra que nos aplicamos a nosotros mismos: los pensamientos y las creencias negativas que nos alejan de

nuestro propio poder personal y que hacen estragos en nuestro sistema inmunológico.

Pero la lección más importante que aprendí aquella noche fue la de la importancia del papel que tienen la ética y las intenciones del sanador. Gran parte de la preparación –una preparación que lleva décadas– del aspirante a sanador se consagra al desarrollo de un elevado sentido ético, de un sistema de valores fundamentado en una profunda reverencia ante toda forma de vida. Sólo entonces se pueden dominar adecuadamente las técnicas. De igual modo, un médico de medicina occidental emplea al menos cinco años para aprender su arte. Así pues, ¿le parece prudente poner su salud en manos de alguien que ha empleado sólo un fin de semana en un taller de medicina energética?

He aquí el dilema para aquellos occidentales que reciben una breve formación en medicina energética o chamanismo. Si se siente usted llamado a la práctica de la medicina energética, dedique tiempo para formarse con maestros cuya integridad, cuya sabiduría y cuyos conocimientos técnicos le permitan desarrollar sus propios dones espirituales.

Mi viaje hacia el chamanismo estuvo dirigido por mi propio deseo de convertirme en un todo. Sanando mis propias heridas del alma, aprendí a amarme a mí mismo y a amar a los demás. Recorrí el sendero del sanador herido, y aprendí a transformar el dolor, la pena, la ira y la vergüenza que habitaban en mi interior en fuentes de fortaleza y compasión. Pude sentir el dolor de la otra persona porque sabía lo que era el dolor. En la Escuelade

Sanación del Cuerpo de Luz, [2] todos los estudiantes se embarcan en un viaje de autosanación en el que transforman sus heridas del alma, en fuentes de poder y energía. Los estudiantes descubren que éste es uno de los mayores regalos que, con el tiempo, podrán ofrecer a sus clientes: la oportunidad de descubrir el poder que hay dentro del dolor. También descubren que la sanación es un viaje en el que se embarcan sus clientes, no un procedimiento que lleva a cabo el sanador.

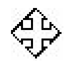
Por último, me gustaría aclarar que los métodos de sanación de este libro no son más que mi propia síntesis y mi propia interpretación de antiguas prácticas de sanación. No hablo en nombre de mis maestros, ni *2. Healing the Light Body School,* en el original inglés. *(N. del T.)* 16

de los incas, ni de los chamanes nativos americanos. Aunque he tenido el privilegio de formarme con los mejores sanadores incas, no pretendo estar ofreciendo aquí un cuerpo de conocimientos de la tradición inca. Las prácticas sanadoras que se describen a partir de aquí consisten en lo que he aprendido en mi entrenamiento como chamán, y yo soy el único responsable de sus bellezas y sus defectos.

PRIMERA PARTE

LAS ENSEÑANZAS

DE LOS CHAMANES



Los chamanes nativos americanos vienen practicando la medicina energética desde hace más de cinco mil años, pero hay algunos sanadores que creen que su linaje espiritual se remonta aún más atrás. Recuerdan historias, transmitidas de abuela a nieta, que hablan de cuando la Tierra todavía era joven. A pesar de que los primitivos habitantes de América tenían unos complejos conocimientos astronómicos, unas avanzadas matemáticas y una sofisticada arquitectura, la escritura no llegó a desarrollarse en las Américas como se desarrolló en otros lugares. Los expertos pasaron por alto las tradiciones espirituales de los nativos ame ricanos en favor del judaísmo, el cristianismo y el budismo, que habían dejado tras ellos registros escritos. Por ejemplo, mientras que los teólogos occidentales llevan estudiando el budismo desde hace más de dos siglos, sólo en los últimos cuarenta años ha llegado a emerger un interés serio en el estudio de la espiritualidad nativa americana. El estudio del chamanismo se reservó a los antropólogos, quienes, con notables excepciones, como Margaret Mead, estaban mal preparados para abordar temas espirituales.

La destrucción indiscriminada a la que se vieron sometidos los indígenas norteamericanos por parte de los colonos europeos

llevó a los nativos americanos que sobrevivieron a la reclusión de las reservas, donde los ancianos custodiarían con celo sus tradiciones espirituales. Es comprensible que los ancianos se mostraran reacios a compartir su legado con los dominadores blancos. A los indios [3] del Perú no les fue mucho mejor. Los conquistadores españoles llegaron al Perú en busca

3. En español en el original. *(N. del T)*

de oro, de ahí que no se molestaran demasiado por las tradiciones espirituales incas. Sin embargo, lo que los conquistadores pasaron por alto sería lo que los misioneros intentarían arrasar.

La descarnada banda de buscadores de oro que llegaron al continente suramericano trajo con ella unas creencias que eran incomprensibles para los indios. La primera era que todos los alimentos del mundo pertenecían, por derecho divino, a los seres humanos (concretamente a los europeos), que eran dueños de animales y plantas en toda la Tierra. La segunda creencia era que los seres humanos no podían hablar con los ríos, con los animales, con las montañas o con Dios. Y la tercera era que la humanidad tendría que esperar al final de los tiempos para poder saborear el infinito.

Nada les podía haber parecido más absurdo a los nativos americanos. Mientras que los europeos creían que habían sido arrojados del mítico Jardín del Edén, los indios creían que ellos

eran los cuidadores del Jardín. Ellos aún hablaban con los estruendosos ríos y con las susurrantes montañas, y todavía escuchaban la voz de Dios en el viento. Los cronistas españoles del Perú escribieron que, cuando Pizarro se encontró con el soberano inca Atahualpa, aquél le regaló una Biblia, diciéndole que aquélla era la palabra de Dios. El inca se llevó el libro a la oreja, escuchó con atención durante unos instantes y luego arrojó el sagrado libro al suelo, exclamando: «¿Qué clase de dios es éste que no habla?».

Además de su silencio, a los nativos americanos les confundía sobremanera el género de aquel Dios europeo. Los conquistadores traían con ellos una mitología patriarcal que intimidaba las femeninas tradiciones de los nativos americanos. Antes de la llegada de los españoles, la Madre Tierra y sus formas femeninas (las cuevas, las lagunas y demás aberturas de la tierra) representaban los principias divinos. Los europeos impusieron el principio divino masculino: el falo, o Árbol de la Vida. Las agujas de las iglesias se elevaban hacia el cielo, mientras que a la femenina Tierra ya no se la adoraba ni respetaba. Los árboles, los animales y los bosques podían ser sometidos a todo tipo de saqueo.

En la actualidad, seguimos viviendo bajo la garra de esta inconexa visión del mundo. Creemos que, si algo no respira, no se mueve o no crece es que no está vivo. Vemos la energía procedente de la madera, del petróleo o del carbón como un combustible al que podemos dar uso. En el mundo antiguo, la energía se tenía por el tejido viviente del 20

Universo. La energía era la creación manifiesta. Quizá la expresión contemporánea más importante de esta creencia la formulara Albert Einstein cuando explicó la relación entre materia y energía con su ecuación $E = mc^2$. En Occidente, nos identificamos con el lado de la materia, que es finito por naturaleza. El chamán se identifica con el lado de la energía, que es infinito por naturaleza.

Existe otra diferencia fundamental entre los antiguos americanos y los modernos. En la actualidad, somos personas de preceptos. Somos una sociedad gobernada por normas, que se basan en documentos tales como la Constitución, los Diez Mandamientos o las leyes que promulgan los cargos electos para dar orden a nuestra convivencia. Cambiamos los preceptos (las normas o las leyes) cuando queremos cambiar el mundo. Los antiguos griegos, por otra parte, eran personas de conceptos. No estaban interesados en las normas, sino en las ideas. Creían que una sencilla idea podía cambiar el mundo, y que no había nada tan poderoso como una idea a la que le hubiera llegado su momento. Los chamanes son personas de percepciones. Cuando quieren cambiar el mundo, se sumergen en cambios perceptivos que cambian su relación con la vida. Visualizan lo que es posible, y el mundo exterior cambia. Éste es el motivo de que los ancianos incas se sienten juntos y mediten, para visualizar el tipo de mundo que quieren que sus nietos hereden.

Uno de los motivos por los que se han guardado tan celosamente las prácticas de sanación energética es porque se suelen confundir con una serie de técnicas, del mismo modo que

la medicina occidental se considera a veces como una serie de procedimientos. Creemos, erróneamente, que podemos llegar a dominar la energía sanadora si aprendemos bien sus reglas. Sin embargo, para el chamán no se trata de reglas ni de ideas. Para ellos, se trata de visión y de Espíritu. Y, aunque las prácticas sanadoras varían de aldea en aldea, lo que no varía es el Espíritu. La verdadera sanación es nada menos que un despertar a una visión de nuestra naturaleza sanada y a la experiencia del infinito.

1
SANACIÓN E INFINITO

Llevábamos días caminando. Le dije a Antonio que no me importaría pagar los billetes de un autobús, o incluso de un taxi, para que nos llevara adonde nos dirigíamos. Pero él no quería saber nada de todo eso. Ni siquiera me habría permitido alquilar unos caballos.

–Mi pueblo siempre ha caminado –dijo.

A Antonio le encanta resaltar que puede caminar más que yo, aunque tenga casi setenta años.

Me quité el calzado cuando llegué a Sillustani, y sumergí los pies en el agua helada del lago. Sillustani es un lugar espeluznante, un cementerio que se extiende a lo largo de muchos kilómetros, como el Valle de los Reyes, en Egipto. Aquí

sólo están enterrados los chamanes, los reyes y las reinas, en gigantescas torres de piedra, a orillas del lago Titicaca. Los más diestros canteros procedían de estas tierras. ¿Cómo pudo llegar a desarrollarse esta tecnología aquí, en un lago en la cima del mundo?

Antonio me explicó que las torres funerarias, o chulpas, no sólo conmemoran a los chamanes muertos, sino que también les sirven de hogar temporal cuando vuelven a visitar nuestro mundo. Esos chamanes son espíritus poderosos, completamente liberados, que pueden materializarse cada vez que lo desean. Aquello no hacía que me sintiera muy cómodo. Habíamos venido aquí para pasar la noche, para hacer una ceremonia con la que honrar a aquellos antiguos chamanes.

–Están más allá del tiempo –dijo.

Y me explicó que, si mi fe en al realidad se basaba en la creencia de que el tiempo discurre solamente en una dirección, podría quedar hecho añicos con una experiencia de mi futuro .

–Hace falta mucha destreza para conocer el futuro y no dejar que ese conocimiento eche a perder tus acciones o el presente.

DIARIOS

Me consagré a hacer la carrera de psicología, y luego la de antropología médica, fascinado por la mente humana. En la década de 1980, me pasé centenares de horas en los laboratorios de anatomía. Quería saber de qué modo influía la mente en el cuerpo a la hora de generar la salud o la enfermedad. En aquella época, no tenía gran interés en la espiritualidad; ni en la espiritualidad tradicional ni en la espiritualidad de la Nueva Era. Estaba convencido de que la ciencia era el único método fiable para adquirir conocimientos. Un día, en la Universidad de California, estaba cortando tejidos cerebrales, preparando finas láminas para examinarlas al microscopio. El cerebro es el órgano más desconcertante del cuerpo humano. Sus fisuras y rugosidades se parecen mucho a las de una nuez. Sus valles y sus circunvoluciones constituyen el único modo en que la naturaleza pudo acomodar en nuestras cabezas esa delgada aunque extensa capa de neocórtex (palabra que significa «cerebro nuevo») sin incrementar el tamaño del cráneo. La evolución humana había superado así un obstáculo anatómicamente insoslayable en su búsqueda de un cerebro más inteligente: el arco pélvico no hubiera podido tolerar el paso de una cabeza más grande a través del canal del parto.

Bajo el microscopio, se pueden observar los millones de sinapsis que entreteje cada célula cerebral con sus vecinas en una

extraordinaria red de fibras vivientes. Esta red neuronal transmite ingentes cantidades de datos motores y sensoriales. Y, sin embargo, la fascinación por el cerebro es algo estrictamente occidental. Los egipcios no le daban uso alguno, licuándolo tras la muerte y extrayéndolo del cráneo por sifón, a pesar de que el resto de los órganos del cuerpo se momificaban. La pregunta que nos estábamos haciendo aquel día en el laboratorio era si la mente humana estaría confinada al cerebro, o podría estarlo incluso en el cuerpo. Yo era consciente de que, si el cerebro hubiera sido lo suficientemente simple de comprender, el ser humano habría sido tan simple que no hubiera podido comprender nada. Sin embargo, por meticulosos que fuéramos examinando aquellas tajadas de cerebro, la mente seguiría eludiéndonos. Cuanto más aprendía del cerebro, más confundido me quedaba con la mente.

24

Yo creía que el ser humano se las había ingeniado para sobrevivir durante un millón de años, antes de la llegada de la medicina moderna, porque la mente corporal conocía los senderos de la salud. Habíamos sobrevivido a heridas infectadas y a fracturas de huesos, mientras intentábamos descender por un barranco en busca de agua. Hasta hace cincuenta años, ir al médico era más peligroso para la salud que quedarse en casa y dejar que la mente corporal siguiera su curso. A principios del siglo XX, la medicina sólo destacaba en el área del diagnóstico;

carecía aún de técnicas sanadoras, de fármacos y de intervenciones quirúrgicas eficaces, que no se desarrollarían hasta la época de la Segunda Guerra Mundial. Por ejemplo, la penicilina, el primer antibiótico práctico, no se llegó a usar hasta 1940. Dado el penoso estado en el que estuvo inmersa la medicina hasta mediados del siglo XX, ¿Cómo pudieron ingeniárselas nuestros antepasados para mantenerse sanos durante tantos miles de años? ¿Acaso las sociedades indígenas sabían algo acerca de la mente y el cuerpo, algo sumamente antiguo que hayamos olvidado y que ahora estamos intentando redescubrir en el laboratorio?

El concepto de enfermedad psicosomática está ahora bien establecido, pero en sus orígenes estuvo asociado con la hipocondría: «Todo eso no está más que en su cabeza». Los verdaderos efectos de la mente sobre el cuerpo están plenamente confirmados por las investigaciones. En cierto modo, todos nos convertimos en verdaderos expertos en el desarrollo de enfermedades psicosomáticas desde épocas muy tempranas de nuestra vida. A los seis años, yo era capaz de generar los síntomas de un resfriado en cuestión de minutos, cuando no quería ir a la escuela. Las enfermedades psicosomáticas van en contra de cualquier instinto de supervivencia que se haya podido programar en el cuerpo durante trescientos millones de años de evolución. ¡Cuán poderosa debe de ser la mente para imponerse a todos esos mecanismos de supervivencia y preservación de uno mismo! ¡Imagine lo que ocurriría si pudiéramos orientar todos esos recursos a generar una salud psicosomática!

En las últimas décadas, ha madurado enormemente el campo de la psiconeuroinmunología (PNI), que estudia de qué forma los estados de ánimo, los pensamientos y las emociones influyen en nuestra salud. Los investigadores de PNI han descubierto que la mente no está localizada en el cerebro, sino que se difunde por todo el cuerpo.

La doctora Candace Pert descubrió que los neuropéptidos, que son moléculas que recorren constantemente nuestra corriente sanguínea, inundan los espacios que hay entre las células y responden casi de inmediato a cualquier sentimiento o estado de ánimo, convirtiendo al organismo entero en una «mente» vibrante y pulsante. El cuerpo, en su integridad, experimenta cada emoción que tenemos. La brecha entre cuerpo y mente ha queda do resuelta con el descubrimiento de una sencilla molécula. También hemos descubierto cómo funcionan las enfermedades psicosomáticas. Sabemos que, cuando nos deprimimos, cada una de las células de nuestro organismo lo siente, nuestras defensas inmunológicas descienden y nos volvemos más propensos a enfermar. Sabemos que la risa, si no es la mejor medicina, está muy cerca del primer lugar de la lista. Años después de que yo dejara el laboratorio, los investigadores de PNI descubrieron lo que los chamanes ya sabían desde hacía mucho, que la mente y el cuerpo son uno. Pero los investigadores pasaron por alto un elemento que es la clave de toda sanación chamánica: el Espíritu.

EN BUSCA DEL ESPÍRITU

Sobre los veintitantos años, yo era el profesor clínico más joven de la Universidad del estado de San Francisco. Dirigía mi propio laboratorio, el Laboratorio de Autorregulación Biológica, e investigaba de qué modo la medicina energética y la visualización podían cambiar la química cerebral. Fuimos capaces de incrementar la producción de endorfinas, los elementos químicos naturales del cerebro que reducen el dolor y generan estados extáticos, en casi un 50 por ciento, utilizando las técnicas de la sanación energética. Mis alumnos y yo hicimos fascinantes descubrimientos, pero por mi parte me sentía cada vez más desencantado. Podíamos influir en la química cerebral, pero no teníamos ni idea de cómo ayudar a recuperar la salud a una persona que padeciera una enfermedad grave. Éramos como niños que hubieran descubierto que mezclando agua y barro se conseguía arcilla. Yo quería algo más que eso. Quería descubrir el modo de construir casas de adobe o, al menos, el modo de hacer cerámica.

Un día, en el laboratorio de biología, me di cuenta de que mis investigaciones tenían que ir a más en lugar de a menos. El microscopio no era el instrumento adecuado para responder a las preguntas que me formulaba. Necesitaba encontrar un sistema mayor que el de las redes neuronales del cerebro. Ya eran muchos los que estaban estudiando la

maquinaria. Yo quería aprender a programar el sistema. Si existían expertos vivos que supieran utilizar las extraordinarias capacidades de la mente humana para sanar el cuerpo, yo tenía que encontrarlos. Quería saber lo que ellos sabían. Los relatos

antropológicos insinuaban que había personas por todo el planeta que afirmaban conocer tales cosas, incluidos los aborígenes de Australia y los incas del Perú.

Pocas semanas después, renuncié a mi puesto en la universidad. Mis colegas pensaron que me había vuelto loco, que estaba echando a perder una prometedora carrera académica. Cambié mi laboratorio por un par de botas de excursionismo y un billete al Amazonas. Me puse en camino para aprender de unos investigadores cuya visión no estuviera confinada a la lente de un microscopio, de unas personas cuyo corpus de conocimientos fuera más allá del mensurable mundo material, que se me había mostrado como la única realidad. Quería conocer a esas personas que sentían los espacios entre las cosas y percibían los hilos luminosos que animan toda forma de vida. Quería estudiar con investigadores que conocieran el lado de la energía de la ecuación de Einstein, $E = mc^2$.

Mi búsqueda me llevaría con el tiempo desde las húmedas selvas tropicales del Amazonas hasta las montañas de los Andes, en el Perú, donde conocí a Don Antonio, que por entonces tenía más de sesenta años. Era un hombre pobre, según los estándares occidentales. No tenía televisión, ni tampoco electricidad. Pero afirmaba haber saboreado el infinito.

–Somos seres luminosos en viaje hacia las estrellas –me dijo una vez Don Antonio–. Pero, para comprender esto, tendrás que saborear el infinito.

Recuerdo que sonreí cuando el sanador me dijo que éramos viajeros estelares que existíamos desde el principio de los

tiempos. Pintoresco folclore, pensé yo, las elucubraciones de un anciano que no termina de aceptar la certeza de su muerte. Yo creía que las reflexiones de Don Antonio tenían algo que ver con las estructuras arquetípicas de la psique de las que hablara Carl Jung. Antonio interpretaba sus mitos literalmente, no simbólicamente, como lo hacía yo. Pero no le quise decir nada en aquel momento. Pensé que hubiera sido igual de difícil explicarle a mi católica abuela que la Virgen María no había dado a luz virginalmente en realidad, sino que eso era una metáfora del nacimiento iluminado de Cristo, el Hijo de Dios en el más pleno sentido de la palabra. Ella nunca hubiera 27

aceptado esa explicación. Para ella, el nacimiento virginal era un hecho histórico.

Y pensé que ocurriría igual con las reflexiones de Don Antonio acerca del infinito. Para ambos, una bonita metáfora se había convertido en un dogma. El mitólogo Joseph Campbell solía decir que la realidad está hecha de aquellos mitos que no podemos ver con la suficiente claridad. Éste es el motivo por el que resulta tan fácil ser antropólogo en otra cultura: todo es transparente para el que viene de fuera, como el traje nuevo del emperador.

Hubo veces en que intenté demostrarle a Antonio que el emperador *estaba en realidad* desnudo, que estaba confundiendo los mitos con los hechos. Pero eso fue hasta cierto día en que estuve a su lado mientras ayudaba a morir a una misionera.

Escondido en la ladera de una montaña, el pueblo se había

construido alrededor de unas ruinas incas. Los bloques de granito de las paredes de la ciudad se habían tallado con tal pericia, y encajaban tan bien, que sólo con la fricción podrían haber estado en su lugar durante siglos.

Cerca de los límites del altiplano, los incas habían construido una aldea, un puesto avanzado de su civilización. Ahora, mil años después, sus descendientes vivían entre las ruinas, cultivando las terrazas que caían por la ladera desde el pueblo. En el patio, pacían los pollos, los cerdos y una llama. Una mujer india estaba moliendo maíz en un mortero. Un anciano nos condujo hasta una de las chozas. Las sombras se habían adueñado de la casa, y nos llevó unos instantes ajustar los ojos a la oscuridad de la habitación. Una mujer con la cabeza cubierta con un chal negro, estaba allí de pie, con una vela en la mano, murmurando palabras junto a la cabecera de la cama, que no era otra cosa que un palé de carga apoyado sobre dos cajas de embalaje en el centro de la habitación.

Sobre el palé yacía una mujer, cubierta con una manta india hasta la barbilla. Era imposible saber su edad, porque estaba muy demacrada. Estaba amarilla por la ictericia, y la piel se le tensaba sobre los huesos de la cara, con los tendones del cuello notablemente marcados. Tenía el cabello corto y cano, y los ojos perdidos en el techo, desde el fondo de sus cuencas hundidas. Estaba inmóvil, sin señal alguna que revelara conciencia, nada que demostrara que supiera que estábamos allí.

Antonio se volvió y me miró, levantó la vela, y yo me

adelanté y la tomé. Le pasó

la mano por la cara a la mujer, que seguía con los ojos fijos en el techo. Llevaba en torno al cuello un rosario, cuyo crucifijo, de plata, yacía sobre su pecho.

–Una misionera –susurró–. La trajeron hace dos días los indios de abajo –dijo señalando a la ladera y más allá, hacia la jungla–. Nada. Morirá esta noche. Lo único que podemos hacer es ayudarla a liberar su espíritu.

Veinte o treinta velas habían transformado la choza de lodo y paja en una especie de capilla. Me senté sobre un saco de cascarilla de cereales, junto a la puerta, y me dediqué a observar a mi compañero, sentado en el otro extremo de la habitación. La habitación se mantenía caliente gracias a las llamas de tantas velas, aislada del frío de la noche por los gruesos muros de adobe.

Antonio se acercó a la cabecera de la cama y, con una delicadeza exquisita, levantó la cabeza a la mujer y le quitó el rosario. Se lo puso en la palma de la mano izquierda y le cerró los dedos en torno a él. Luego, Antonio me hizo señas para que apagara las velas.

Me acerqué hasta el pequeño saliente que discurría a modo de estante por las paredes de la habitación, mientras el anciano indio entonaba una canción entre murmullos. Miré a Antonio por encima del hombro. Tenía los ojos cerrados, con la mano en la frente de la mujer, y sus labios se movían de forma

casi imperceptible. Tres velas iluminaban la habitación, y su humo se cernía en el aire.

Don Antonio puso las manos a dos o tres centímetros del pecho de la mujer. Con los dedos índice y corazón extendidos, empezó a trazar círculos en dirección contraria a las manecillas del reloj, alejando poco a poco la mano mientras seguía trazando espirales en el aire lleno de humo. El chakra del corazón. Lo hizo tres veces y, luego, comenzó a hacer lo mismo con el tercer chakra, empezando a un centímetro de su piel, sobre el plexo solar. Trazó un círculo perfecto, de siete u ocho centímetros de diámetro, lentamente; y, luego, más rápido, girando hacia arriba y alejándose. Más tarde, llevó la mano al hoyo que se formaba debajo de la garganta de la mujer, al estómago, a la frente, y finalmente a la parte superior de la cabeza.

–Mira –dijo.

Quité los ojos de la cara de Antonio y observé el cuerpo de la mujer, viendo el ligerísimo movimiento del pecho de la mujer con cada respiración. Y, entonces, Antonio me dio un golpe en la cabeza, con la rapidez de un rayo. M e dio con el codo en la frente, con un golpe duro y seco. La cabeza me dio vueltas por un instante, y me 29

llevé la mano a la frente instintivamente.

–Mira –dijo.

Fue un instante, nada más. Algo resplandeció a lo largo del cuerpo de la mujer, algo lechoso y traslúcido, a dos o tres

centímetros del cuerpo. Cuando me di cuenta ya había desaparecido. Antonio me agarró firmemente del brazo y me llevó a la cabecera de la cama.

–Mira ahora. Desenfoca.

Allí estaba. Desenfocado, pero estaba allí; un sutilísimo resplandor, a ocho o diez centímetros de la piel de la mujer, como si de un molde luminoso de su cuerpo se tratara, estaba emergiendo de la carne. Tenía que concentrarme en no enfocar la vista, y sentí un involuntario escalofrío recorriéndome la espalda.

–¿Es cierto lo que estoy viviendo? –susurré.

–Sí, lo estas viviendo, amigo mío –respondió el anciano indio–.

Una visión que hemos olvidado, ensombrecida por el tiempo y la razón.

–¿Qué es?

–Es ella –dijo–. Es su esencia, su cuerpo luminoso. Ella lo hubiera llamado el alma. Quiere partir.

Antonio estuvo trabajando con la mujer durante otra hora más. Repitió el proceso que había presenciado antes, lo repitió con la misma paciencia e intensidad, sin dudar en ningún momento, entregado a su trabajo. Luego, se inclinó sobre la cabeza de la mujer, con los labios a menos de dos centímetros de su oído, y susurró algo. Y, de repente, su pecho palpitó, y resolló mientras el aire entraba por su boca hasta los pulmones.

Lo aguantó unos instantes.

–¡Exhala!

Y hubo un largo resuello, como un fatigoso suspiro, mientras su último aliento salía de su pecho a través de la boca abierta. Por el rabillo del ojo, vi de repente la luminiscencia lechosa elevarse y fundirse en algo amorfo, sin forma específica, algo traslúcido y lechoso, como un ópalo que se cerniera sobre su pecho. Vi la forma cerniéndose sobre su garganta, sobre su cabeza… y, luego, simplemente desapareció. Una inmensa sensación de paz inundó la habitación.

–¿Qué fue eso?

Mi voz era un susurro.

-Lo que los incas llaman el wiracocha.

Antonio le cerró los parpados con los dedos.

–Me alegra que lo hayas visto.

De *Dance of the Four Winds,* de VILLOLDO Y JENDRESEN

Hoy, más de veinte años después, he llegado a comprender al anciano indio cuando afirmaba que uno puede saborear el infinito. He aprendido que la experiencia del infinito puede sanarnos y transformarnos, y también liberarnos de las cadenas temporales que nos mantienen sujetos al malestar, la vejez y la

enfermedad. En el transcurso de dos décadas con los chamanes, en las junglas y las altas montañas de los Andes, descubriría que soy mucho más que carne y huesos, que estoy forjado de Espíritu y de luz. Esta comprensión reverberó en todas y cada una de las células de mi cuerpo, y estoy convencido de que cambió mi manera de sanar, mi manera de envejecer y la manera en que moriré. La experiencia del infinito se halla en el núcleo del proceso de iluminación, la práctica sanadora esencial de este libro.

SANACIÓN FRENTE A CURACIÓN

Durante mis estudios con los chamanes, descubrí que existe una diferencia entre curar y sanar. Curar tiene que ver con la aplicación de remedios, e implica la resolución de cualquier problema externo que aparezca, como ponerle un parche a una rueda, si se ha pinchado, o tratar una mordedura de serpiente, o bien utilizar quimioterapia para controlar un tumor. No ayuda a evitar los clavos en la calzada, las serpientes en el bosque ni la enfermedad que provocó el tumor. Sanar es algo más amplio, global y completo. Sanar transforma la vida de uno y, con frecuencia, aunque no siempre, genera una curación física. He presenciado muchas curas médicas en las que no ha habido sanación. También he visto casos en los que hubo una profunda sanación, a pesar de que el paciente falleció. La sanación es el resultado de una experiencia del infinito. Cuando sanamos, medimos el éxito mediante un bienestar creciente, mediante la sensación de paz, de fuerza, y de un sentimiento comunión con

toda forma de vida.

Pocas semanas después del incidente de la misionera, mientras recorría las montañas cerca de Machu Picchu, pillé una neumonía. Una batería completa de 31

antibióticos fue incapaz de controlar la infección, y los ataques de tos no se redujeron. Cada vez que tosía, tenía espasmos en los músculos abdominales. Llegué hasta Don Antonio con un agudo dolor. El anciano indio me dijo que me echara sobre una pelliza extendida que, habitualmente, tenía a los pies de su cama. Se sentó sobre un cojín junto a mi cabeza e hizo su sanación. Invocó a los cuatro puntos cardinales y, luego, invocó al Cielo y la Tierra. Después, levantó los brazos, como si estuviera apartando el aire por encima de su cabeza, y los bajó lentamente a ambos lados, igual que si estuviera expandiendo los bordes de una burbuja invisible. Repitió el movimiento, ampliando esta vez los bordes de esta burbuja invisible hacia delante, hasta cubrirme como lo haría con una manta. Inmediatamente, tuve una clara sensación de alivio y bienestar. La cháchara de mi mente cesó, y me deslicé en un estado de quietud y serenidad que sólo había sentido anteriormente durante la meditación. Escuchaba la voz de Antonio en la lejanía, dándome instrucciones para que respirara al mismo ritmo que él, y sentí cómo mi respiración se aceleraba para mantener su ritmo. Pude sentir sus dedos, girando en la dirección opuesta a las manecillas del reloj en torno al hueco de la base de mi garganta, extrayendo una sustancia pegajosa, parecida al algodón de azúcar. Percibí todo esto despreocupadamente, como si le estuviera ocurriendo a otra

persona, o como sí lo estuviera viendo en un sueño, en el que no hubiera nada capaz de alterar mi calma. Y, entonces, mi brazo derecho comenzó a moverse nerviosamente por sí solo.

–Eso es la energía tóxica que está abandonando tu sistema –dijo Don Antonio–. No tengas miedo. Deja que siga su curso natural.

El movimiento nervioso se extendió después hasta mi hombro izquierdo, y bajó hasta la pierna derecha. Era completamente involuntario, como esas sacudidas súbitas que se tienen a veces cuando uno se está quedando dormido, pero en este caso no cesaban, y crecían en intensidad. Luego, tan repentinamente como había empezado, se detuvo, y me quedé dormido.

Había pasado casi una hora cuando me desperté y miré el reloj. Antonio aún estaba sentado a mi lado, acunando mi cabeza entre sus manos. Me preguntó cómo me sentía. Hice una rápida evaluación de mi cuerpo y me percaté de que era incapaz de moverme. Pero, curiosamente, esta constatación no me alteró de ningún modo. Me sentía como si estuviera flotando en un mar cálido y silencioso. Antonio se puso a masajearme el cuero cabelludo y, al cabo de un rato, pude estirar brazos y piernas y sentarme. Me sentía como si me despertara de toda una noche de sueño, y el dolor del 32

pecho se me había ido. Le pregunté a Antonio qué me había hecho.

–A esto se le llama *Hampe,* o sanación energética –me explicó–. Te has pasado buena parte de la última hora en el

infinito –añadió con una sonrisa–, pero esto no es más que una forma de hablar, pues nadie puede pasar determinada cantidad de tiempo en la eternidad, donde no existe el tiempo.

Sólo me trató durante aquella sesión y, sin embargo, la tos remitió casi de inmediato. Mi sistema inmunológico se reactivó, y sentí que había comenzado a recuperarme. Pero aún más importante fue la sanación profunda que tuvo lugar, y que iba más allá de la mera cura. Tras la sesión de sanación, me quedé con una perdurable sensación de calma y serenidad que sólo podría describir como un estado de gracia, de perdón y bendi ción, que me duró años. Había saboreado la libertad de las cadenas que me tenían aprisionado al pasado, a mi dolorosa historia, a la culpa y al pesar, así como a mis esperanzas y a mi ansiedad acerca del futuro. Había saboreado la paz. Se me había llevado a creer que tal gracia sólo se podía alcanzar a través de la oración y la generosidad del amor de Dios.

–Yo no le concedo la gracia ni ninguna otra cosa a nadie –se apresuró a decir Don Antonio–. Yo solamente he sustentado un espacio sagrado en el que tú has experimentado el infinito. Fuiste tú quien hizo el trabajo.

Me hizo saber que él había creado el espacio sagrado en el que tiene lugar la sanación. La energía dentro de ese espacio y la ayuda de los seres luminosos del mundo espiritual me dieron la capacidad para curarme a mí mismo.

Descubrí que el camino del chamán es un sendero de poder, de compromiso directo con las fuerzas del Espíritu. Nunca antes había experimentado el sendero del poder. En mi formación

cristiana, había aprendido a rezar y a recitar insistentemente mis oraciones nocturnas. Posteriormente, aprendí a meditar. Tanto la oración como la meditación siguen siendo aspectos importantes de mi vida actual. Pero el sendero del poder es diferente. Precisa de la experiencia directa del Espíritu en sus propios dominios, en el infinito. Una tremenda sanación tiene lugar cuando entramos en comunión con las poderosas energías del mundo de la luz. Y, durante el proceso, uno se desprende de su identidad con el yo limitado y experimenta la ilimitada unidad con el Creador y con la Creación.

Las prácticas sanadoras que aprendí y refiné con mi mentor indio constituyen una antigua tecnología capaz de generar espacios sagrados en donde los milagros pueden 33

tener lugar. Te permiten adentrarte en el infinito y experimentar la iluminación en un instante eterno. Éste es el núcleo de las prácticas de sanación chamánica de este libro, del proceso de iluminación. Cuando entramos en el infinito, el pasado y el futuro desaparecen, y sólo queda el aquí y ahora. Ya no estamos atados a las dolorosas historias de nuestro pasado, y nuestra historia deja de escribir el guión de nuestro futuro. No es que se le pase un trapo limpiador mágico al pasado. Las pérdidas, el dolor y el pesar por los que hemos atravesado permanecen solamente como recuerdos; ya no definen quién eres. Nos damos cuenta de que no somos nuestra historia. Y la experiencia del infinito rompe en pedazos la ilusión de la muerte, la enfermedad y la vejez. No se trata sólo de un proceso psicológico o espiritual; cada célula de nuestro cuerpo recibe la información y

se renueva con ello. El sistema inmunológico se libera de las bridas, mientras se acelera enormemente la sanación física y emocional. Los milagros se convierten en algo ordinario, y las remisiones espontáneas, esas misteriosas y desconcertantes curas que confunden a la medicina, se convierten en algo común. En presencia del infinito, podemos experimentar lo que fuimos antes de nacer y lo que seremos después de morir.

El chamán con el que aprendí creía que era capaz de rastrear a través del tiempo su naturaleza luminosa (lo que nosotros llamamos alma), del mismo modo en que podía seguir el rastro de un ciervo en el bosque. Decía que había seguido los hilos luminosos de su ser hasta el *big bang,* en el comienzo del tiempo, y también hacia el futuro, saboreando en quién se iba a convertir, y aún más allá, hasta el momento en que el Universo retorne de nuevo a esa singularidad de la cual fue creado.

La experiencia del infinito no debería confundirse con la eternidad. Eternidad significa un número interminable de días. La eternidad está sujeta al tiempo, al envejecimiento y a la muerte. El infinito es anterior al propio tiempo, y ya existía antes de que éste naciera. Y dado que nunca nació, el infinito es imperecedero. Nuestro yo infinito es anterior a la vida y a la muerte, y nunca entra en la corriente del tiempo. No nació con tu cuerpo, y no morirá cuando tu cuerpo perezca. En el infinito, uno sale del tiempo lineal y entra en lo sagrado. Y dado que dejas de identificarte dentro del tiempo exclusivamente, y con una forma física que envejece y perece, la muerte ya no amenaza el fin de tus días. Este estado de liberación se encuentra en el corazón de

muchas de las tradiciones místicas del mundo, y los chamanes descubrieron las metodologías prácticas para alcanzar tal objetivo. Mi mentor entendía que su naturaleza luminosa era 34

perdurable. Nosotros queremos creer que esto es cierto, incluso sospechamos que lo es, pero muy pocos lo sabemos con certeza. El hecho de leerlo en un libro no sirve de nada. Antonio me explicó en cierta ocasión que, para el chamán, existe una gran diferencia entre adquirir información y tener el conocimiento real. Información es comprender que el agua se compone de dos átomos de hidrógeno y un átomo de oxígeno, H2O. Conocimiento es comprender (aprehender) la naturaleza deL agua hasta tal punto que puedas hacer llover.

Con los años, Don Antonio y yo desarrollaríamos y refinaríamos el proceso de iluminación, que se fundamentaba en unas prácticas sanadoras que los conquistadores y la Iglesia casi habían llegado a destruir. El proceso de iluminación nos permite saborear el infinito y renovarnos desde la fuente que anima y da forma a toda vida. Evidentemente, si te haces un corte en la espinilla, no necesitas tener una epifanía espiritual; simplemente, te limpias la herida y te la vendas. Pero si tu sistema inmunológico no responde, o si alguien amado se está enfrentando a una enfermedad que amenaza su vida, o bien si estás repitiendo una y otra vez los mismos patrones dolorosos de vida, quizá sea el momento de mirar más allá de lo concreto, más allá de lo finito, y de introducirse en una práctica sanadora fundamentada en la experiencia del infinito.

2
LOS SANADORES LUMINOSOS

Durante la comida, el profesor Lancho nos ha contado la historia de las gigantescas marcas que hay en la superficie del desierto. Como arqueólogo jefe de la región de Nazca, él es el hombre más poderoso de la zona. Es el que da la aprobación para cada excavación arqueológica que se lleva a cabo, y tiene una unidad policial bajo su mando para asegurarse de que no se saqueen los emplazamientos arqueológicos. Lo conozco desde hace años. Cuando arresta a los saqueadores de templos, les confisca su botín y lo envía a los museos de la región. Los ladrones de tumbas van a la cárcel. Algunas de las piezas que éstos desentierran tienen miles de años de antigüedad. Pero,

cuando se encuentra con un objeto que él cree que me gustará, lo deja aparte para mí. Así funcionan las cosas en América Latina. Él no representa a la ley. Él es la ley. Y somos amigos. Hoy me ha traído un regalo en una caja de zapatos.

–Ni siquiera los museos tienen algo así –me ha dicho.

Al abrir la caja, me he encontrado con el antebrazo de una momia en cuya muñeca se observaban los tatuajes de una suma sacerdotisachamana. En el pasado, Lancho me había regalado algunos objetos interesantes, pero éste se llevaba la palma por su singularidad. Antonio no estaba nada contento con la profanación de la tumba de esta chamana. Esta noche vamos a hacer una ceremonia sobre la figura de un gigantesco colibrí que hay grabado en la superficie del desierto. Me lo llevaré y lo enterraré, para devolverle a la Tierra lo que le pertenece.

Hemos terminado la ceremonia a medianoche. Hemos ido hasta esas gigantescas marcas del desierto para recibir la energía del colibrí, que encarna las cualidades que los chamanes deben reunir para su épico viaje. He depositado el antebrazo momificado en el borde del altar, una 37

sencilla tela donde Antonio ha puesto sus piedras medicinales. Y, cuando hemos mirado el antebrazo en la oscuridad, daba la impresión de que los dedos se movieran, como si nos llamara. Antonio ha cerrado los ojos y se ha puesto a cantar al ritmo de su sonajero. Luego, se ha vuelto hacia mí. Sus bondadosos ojos castaños parecían haberse transfigurado, al punto que pensé que estaba contemplando los ojos de un halcón.

—Ella está sufriendo —me ha dicho resueltamente—. Está atormentada por su pueblo, a quienes los españoles masacraron hace muchos años en este lugar. Tenemos que ayudarla.

Y ha dado inicio de nuevo a la ceremonia, y se ha puesto a silbar y a cantar para hacer venir a sus espíritus.

Antonio no podía creer lo que veían sus ojos. Ante nosotros ha aparecido toda una serie de entidades, multitud de espíritus alineándose en el desierto, delante del altar. Antonio los ha atendido, diciéndole a cada uno que ya era hora de descansar, de volver a su hogar en el mundo del Espíritu. Ha invocado al linaje de los hombres y mujeres medicina (espíritus luminosos) para que vinieran a ayudarlo, y uno por uno se han ido liberando de su dolor.

—Ella no puede estar en paz hasta que sepa que su pueblo ha sido llorado y sanado —me ha dicho.

Con cada espíritu que se acercaba, yo pensaba que podía sentir su dolor: un niño que había perdido a su padre y a su madre, una joven que había perdido a su amado, un hombre que había perdido su hogar.

Y así ha sido durante toda la noche. Al amanecer, cuando se ha sanado el último de los espíritus, Antonio me ha dado instrucciones para que enterrara el antebrazo.

—Ahora puede encontrar la paz —ha dicho—. Ésta es la razón de que el arqueólogo te diera su antebrazo. Ella lo dispuso todo desde el otro lado. Ella sabía que estaríamos aquí hoy y que ayudaríamos a sanar a su pueblo.

Los manejos del espíritu son ciertamente extraños.

DIARIOS

Yo fui el primer antropólogo norteamericano que tuvo un contacto profundo con la nación Q'ero, los últimos incas, que viven en las aisladas cimas

montañosas de los Andes. Ellos siguen hablando la más pura lengua quechua, y han tenido muy pocos contactos con la Iglesia o con el Estado en los últimos quinientos años. Sus prácticas chamánicas se han mantenido intactas desde los tiempos de la conquista, sin verse diluidas por las enseñanzas de los misioneros. Sus hombres y mujeres medicina, entre los que está mi mentor, creen que su linaje espiritual se remonta cientos de miles de años, y recuerdan historias que se han transmitido de abuela a nieta y que hablan de los días anteriores a la llegada seres humanos. La sabiduría espiritual de sus antepasados ofrece lecciones sobre la vida, sobre el viaje más allá de la muerte al infinito y sobre técnicas de sanación mediante el campo de energía luminosa.

La indiscriminada destrucción de los indios por parte de los primeros colonos de las Américas arrasó con las tradiciones espirituales de la mayoría de los grupos nativos. Las prácticas sanadoras que sobrevivieron al genocidio de los indígenas se guardaron escrupulosamente. Comprensiblemente, los chamanes nativos americanos se volvieron muy reacios a compartir su legado con los blancos. Los conquistadores españoles, y los

misioneros que los acompañaban, destruyeron las escuelas de sanación de Cuzco. Se demolieron los templos, y se construyeron iglesias en los mismos terrenos, utilizando las piedras de los templos originales. Las tradiciones sanadoras incas ya no las conservaba una orden organizada de sacerdotes chamanes, que fueron implacablemente perseguidos por la Inquisición. Las prácticas espirituales y sanadoras incas se habían transmitido oralmente y, cuando la Iglesia Católica proscribió los ritos y las ceremonias de los pueblos paganos, las enseñanzas espirituales se convirtieron en un tapiz golpeado por los vientos del tiempo. Todo lo que quedó después de quinientos años fueron algunos fragmentos, celosamente guardados por los sanadores chamanes que habían quedado.

Imaginamos que la Inquisición es algo del pasado, que esta organización brutal terminó con la llegada de la Ilustración, y esto es cierto en gran medida. La Inquisición cerró sus puertas hace muchos años, salvo en un país, Perú, el país de los incas. Hoy en día, la última oficina que queda de la Inquisición sigue en funcionamiento bajo la dirección de los dominicos, la orden católica que sentenció a muerte a Juana de Arco. Se la conoce como la Oficina para la Extirpación de las Idolatrías, y persiste en los Andes porque es el único país de las Américas donde las prácticas chamánicas siguen medrando a gran escala. En nuestros días, Perú es un país católico, con veintiocho millones de personas. Más de veinte millones de éstas son indios que se han convertido 39

al catolicismo, pero que siguen buscando su sanación en manos

de los chamanes y que siguen saludando a Inti, el Sol, casi del mismo modo que lo hacían hace quinientos años.

El hecho de que la Inquisición mantuviera aún una oficina activa en Perú fue suficiente para atraer mi atención sobre los descendientes de los constructores de Machu Picchu. Y la idea de que estos hombres y mujeres medicina sigan hablando con los ríos y con los árboles, y sigan conversando con Dios, los hacía aún más atractivos ante mis ojos. La posibilidad de que los chamanes pudieran estar en posesión de claves sobre prácticas antiguas para la sanación de la mente y el cuerpo los volvía irresistibles. Y así comenzó un interminable viaje que me ha lle vado a través del jardín virgen de la selva amazónica hasta los picos más altos de los Andes. Allí descubrí unas antiguas prácticas espirituales que afirman que todos somos capaces de experimentar el infinito, y que esta experiencia puede hacernos un todo; que la Tierra no nos pertenece, sino que nosotros le pertenecemos a la Tierra; y que aún podemos hablar con Dios y escuchar la voz de Dios en toda la Creación.

Bajo la dirección de Don Antonio, me remonté a las raíces de la civilización inca para recoger los vestigios de una medicina energética de cinco mil años de antigüedad que sana a través del Espíritu y de la luz. Esparcidos entre los restos de lo que una vez fue un imperio, existían diversos sabios que recordaban las costumbres antiguas. Don Antonio y yo recorrimos innumerables pueblos y aldeas, y nos encontramos con numerosos hombres y mujeres medicina. Destilamos la esencia de sus rituales. La carencia de un corpus de escritos acerca de estos conocimientos

significaba que cada pueblo le había dado su propio sabor y estilo a las prácticas sanadoras que aún sobrevivían. Fuimos hasta el Amazonas y, durante más de diez años, me preparé con los hombres y las mujeres medicina de la selva. Recorrimos a pie la costa del Perú, desde Nazca, lugar en el que se hallan las gigantescas marcas sobre la superficie del desierto que representan animales de poder y figuras geométricas, hasta las legendarias lagunas de Shimbe, en el norte, hogar de los hechiceros más renombrados del país. En el lago Titicaca, el Mar en la Cima del Mundo, recogimos las historias y las prácticas sanadoras de los pueblos que, según dicen las leyendas, dieron origen a los incas. Y cuando mi mentor se hizo demasiado mayor para viajar, continué solo con la investigación.

Antonio y yo reconstruimos los muchos hilos de las tradiciones de sanación incas. Él comparaba nuestro trabajo con la restauración de un antiguo tapiz que se había 40

deshilachado con el tiempo y con la conquista europea. Era un tapiz que los conquistadores creían haber hecho jirones y que jamás se podría recuperar, habiéndolo esparcido por los cuatro rincones de un imperio inca que se desmoronaba. Pero, después de casi veinticinco años de investigación, sólo tuvimos que anudar estos hilos en el telar de los conocimientos chamánicos vivos y recomponer las partes del tejido que el tiempo había rasgado. Lo que emergió fue una serie de tecnologías sagradas que transforman el cuerpo, sanan el alma y cambian la forma en que vivimos y la forma en que morimos. Estas tecnologías explican que estamos inmersos en un campo de energía luminosa cuya

fuente se encuentra en el infinito, una matriz que mantiene la salud y la vibración del cuerpo físico.

Entre los sabios con los que trabajamos estuvieron Doña Laura, una mujer medicina del altiplano, y Don Manuel Quispe, el más anciano de los hombres medicina q'ero. Cada uno de estos sabios representaba una de las raíces del pueblo inca, cuyos antepasados llegaron desde la costa, la selva y el altiplano. Muchos de estos maestros han fallecido desde entonces, pero Don Manuel, ya con noventa años, sigue siendo mi maestro en día. Como antropólogo, creo que es importante procurar que nuestras propias fuentes sean verificables y transparentes. Ésta ha sido mi objeción a otros autores cuya obra carece de credibilidad, dado que nadie salvo ellos han conocido a sus fuentes. En las páginas que vienen a continuación, quiero presentarle a los hombres y mujeres medicina que dirigieron mi formación. Cada una de estas personas es un chamán autorrealizado. Su obra se ha convertido en materia de leyendas. Ellos fueron mis maestros.

DON ANTONIO MORALES

Antonio formaba parte del profesorado de la universidad de Cuzco. Yo estaba buscando un traductor para que me ayudara en mi campo de estudio, alguien que hablara con fluidez quechua, la lengua de los incas, y que fuera capaz de comprender y traducir los sutiles matices que emplean los chamanes. Y el profesor Morales encajaba a la perfección con lo que yo necesitaba. Era un hombre de complexión delgada y menuda, que vestía trajes de segunda mano al estilo de la década de 1940 y llevaba un protector de plástico para la pluma en el bolsillo de la camisa, y no sólo hablaba con fluidez el quechua, sino que también era un experto en 41

poesía y filosofía de los indígenas. Pero tenía un rechazo innato hacia los antropólogos, a los que consideraba conquistadores modernos que venían a saquear la magnificencia espiritual de su pueblo. En un principio, yo no tenía ni idea de por qué había aceptado trabajar conmigo. Se negaba a tomar dinero alguno por sus servicios como traductor, aceptando tan sólo los gastos de dietas y alojamiento cuando viajábamos. Sería años después cuando lo comprendería. Yo estaba destinado a convertirme en su intérprete. Él me veía como un puente a través del cual llevar las enseñanzas de los chamanes al mundo occidental.

Y no sería hasta el incidente con la misionera cuando descubrí que Don Antonio llevaba una doble vida: profesor universitario para los *civilizados,* [4] y sanador chamán para los indios.

Esgrimía una especie de sonajero y una pluma con la misma destreza con la que utilizaba el bolígrafo. Respetado como erudito, temido y amado como chamán, él era el sanador que yo andaba buscando, y él me había encontrado a mí. Antonio se había quedado huérfano a temprana edad, y había sido educado por las monjas. Creció limpiando las iglesias de Cuzco durante el día y aprendiendo a leer y escribir por su cuenta por la noche. Durante el invierno, que es la estación seca en los Andes, se iba a un pueblo llamado Paucartambo, en el altiplano q'ero, donde proseguía con sus estudios medicinales.

Son muchas las formas en que un chamán o una chamana se ve llamado a su sendero. La más directa y fatídica es un rayo. A Antonio le había alcanzado un rayo a la edad de doce años. Parte del lóbulo de la oreja derecha le había desaparecido, y tenía una cicatriz que le cruzaba el pecho, desde el hombro derecho hasta la cadera izquierda. Durante casi dos años, después de este accidente, estuvo sin hablar; y las monjas llegaron a convencerse de que era débil mental. Sin embargo, a los quince años había leído ya todos los clásicos occidentales y hablaba con fluidez latín y español. El rayo había trastocado las conexiones de su cerebro y había despertado unas capacidades latentes que le permitían encajar a la perfección entre los mestizos de formación universitaria de Cuzco y los indios puros de las montañas. Estoy convencido de que el rayo le dejó el cerebro finamente sintonizado, como un automóvil de elevadas prestaciones que sólo pudiera funcionar con gasolina de alto octanaje. Esto significaba que no podía tolerar el alcohol, y que se ponía achispado con sólo media 4. En español en el original. *(N.*

del T.)

cerveza. La lengua se le aflojaba, y comenzaba a contarme historias de su juventud. Sólo en estas ocasiones era cuando respondía a todas mis preguntas. El problema estaba en que, para cuando terminaba su primera cerveza, dejaba de hablar por completo y se quedaba dormido.

Antonio era la persona más peculiar que yo haya conocido jamás. Llevaba varios años sin verlo cuando llegué a Cuzco con un grupo de mis alumnos. Él se había enterado de que yo estaba en la ciudad, y había salido de su pueblo a las tres de la madrugada para venir a verme. Aun con setenta años de edad, se negaba a tomar autobuses, y tenía la fuerza y la agilidad de un gato. Llegó a la posada rústica en la que estábamos alojados poco después de las seis de la mañana. Entró en la habitación sin llamar, con la intención de sorprenderme. Yo lo estaba viendo desde la ducha, y le vi saltar como un gato por el aire y caer sobre mi compañero de habitación, Hans, que aún estaba durmiendo, y que, además de amigo, era maestro en artes marciales chinas. Yo cerré los ojos, asustado ante lo que le pudiera pasar a mi viejo maestro. Y, cuando los abrí, los vi a los dos de pie en la cama, estrechándose las manos y riendo como viejos amigos.

Antonio era un *kurak akuyek* de séptimo nivel, el nivel más alto que puede alcanzar un chamán.* Él me había tomado como aprendiz, y sin embargo me consideraba un igual en las costumbres occidentales. Estaba convencido de que el *-El primer

nivel del chamanismo andino es el *ayni karpay,* donde el discípulo es introducido en la adecuada relación con la naturaleza, aunque aún no se le considera chamán. El segundo nivel es *el pampamesayok. Pampa* hace referencia a las tierras bajas; el m*esa* es el altar del chamán; y *yok* significa poder. En este nivel, el aprendiz se convierte en portador de un *mesa,* ha reunido su colección de objetos medicinales y su deber consiste en ser un auxiliar de la Tierra. El tercer nivel es el *altomesayok,* o portador del alto *mesa.* El *altomesayok* se responsabiliza de los *apus,* las montañas sagradas, y de las enseñanzas medicinales. Existen otros tres grados dentro de este nivel; y, a medida que se incrementan tu poder y tu sabiduría, se te pone bajo la protección de montañas cada vez más altas. El cuarto nivel es el *kurak akuyek.* La palabra *kurak* significa «anciano», y *akuyek* significa «mascar» o «masticar». Al igual que una madre, que mastica la uva antes de dársela a su hijo, el chamán de este nivel «mastica» el conocimiento para que puedan «digerirlo». Puede precisar de toda una vida alcanzar este nivel, en el que tu responsabilidad se centra en las estrellas. Pocos chamanes lo alcanzan. Los niveles que se encuentran por encima de éste son *el lnka Mailku,* o anciano de los días; el *Sapha Inka* o el resplandeciente; y el *Taitanchis Ranti,* o el que brilla con la luz de Dios dentro. Cada uno de estos niveles es más refinado que los anteriores, y se reconoce por los poderes que el chamán adquiere.

chamanismo ya no le pertenecía al indio, de que Occidente necesitaba las enseñanzas sagradas para forjar una nueva filosofía y una ecología en el siglo XXI. Y él tenía la esperanza de que yo lo demostrara.

DON MANUEL QUISPE

Don Manuel Quispe tiene noventa años y es el hombre medicina inca más viejo que existe. La primera vez que supe algo de Don Manuel fue en 1962, en un número especial de *National Geographic* sobre el Perú, en donde se le describía, a la edad de cincuenta y dos años, como uno de los chamanes q'ero de mayor edad, y como el único que aún recordaba cómo contar con el quipu, el anillo de cuerdas coloreadas con nudos con el que se llevaban las cuentas en el imperio inca. Cuando yo lo conocí, hacia 1989, para lo único que utilizaba el quipu era para contar historias. Había olvidado las matemáticas de los incas. Lo único que quedaba en su cabeza eran las leyendas.

Don Manuel nació en la comunidad de q'ero, y era el hijo de un granjero. A los quince años sufrió una grave enfermedad. Su padre lo llevó a los sanadores de su pueblo, pero ninguno de ellos pudo ayudarlo, y tampoco los médicos del consultorio médico de la ciudad de Cuzco. Mientras volvía con su demacrado hijo hasta Q'ero, se detuvo en el santuario de Huanca, un lugar sagrado donde se congrega el poder de la naturaleza. El santuario de Huanca era un lugar tan reverenciado para los incas que los sacerdotes católicos tuvieron que construir una iglesia encima de él para convertir a los indios. Y ocurrió un milagro, pues Don Manuel comenzó a comer y a recuperar la fuerza. Huanca está situado en mitad de la ladera Sur del Apu Pachatusan, cuyo nombre significa «eje del mundo». Los espíritus de la montaña dieron instrucciones a Manuel para que fuera a

otro *apu,* o montaña sagrada, llamado Ururu, justo al otro lado del valle. El joven Manuel se pasó varios meses viviendo en una cueva, como un ermitaño, bebiendo del agua que se filtraba por las paredes de la caverna y realizando largas caminatas solo por las montañas. Fue entonces cuando comenzó a hablar con el *apu.* La misma montaña se convirtió en su maestra. Él había estado al borde de la muerte, había experimentado la continuidad de la vida al otro lado, y había vuelto. A su regreso a Q'ero completó su aprendizaje, atravesando formalmente los ritos de paso bajo las indicaciones de uno de los chamanes legendarios de Q'ero.

Cuando le conocí había perdido ya los dientes de la parte delantera de la boca. Él sabía que mi mentor, Antonio, había accedido a enseñarme. Lo único que quería de mí era una dentadura nueva. Pero el calvario por el que pasó fue mucho peor de lo que yo hubiera imaginado. El dentista tuvo que extraer los dientes que le quedaban; no todos de una vez, sino unos cuantos por sesión; y Don Manuel sufría los dolores de las extracciones durante varios días después de cada operación. En dos ocasiones estuvo a punto de morir a causa de los anestésicos. Y él me hacia a mí responsable por cada una de aquellas dolorosas extracciones. Finalmente, consiguió su nueva dentadura, se miró en el espejo y sonrió. A la semana siguiente empezó a enseñarme todo lo que sabía. Fuimos al monte Ausangate, y él me dio su *hatun karpay,* o gran transmisión. Y luego me dijo que me

zambullera en el Otorongo Warmi Cocha, la laguna del jaguar hembra.

Lo miré incrédulo.

–¿Que haga qué? –le dije.

–Que te zambullas en la laguna –respondió–. Es por todo el dolor de sacarme los dientes.

Estábamos a más de cuatro mil doscientos metros de altitud, a mediados de invierno, y en torno nuestro caía una fina nieve. El termómetro que llevaba en el macuto indicaba diez grados bajo cero. El agua de la laguna procedía de un glaciar de hielo azul que había en mitad del estanque. A aquella temperatura y altitud, estaba convencido de que tendría un ataque cardíaco.

–No fue culpa mía que su dentista no le pusiera suficiente anestesia –dije, intentando persuadirle para que se buscara otra prueba para mí.

–Yo estuve a punto de morir a los pies de la montaña, antes de que *apu* me devolviera la vida –dijo con una fina sonrisa que revelaba su dentadura nueva–. Te he traído a la montaña sagrada. Te estoy dando mi *karpay.* Vamos a ver si *apu* te da tu vida.

Y luego me explicó que tendría que tocar con los labios el hielo del fondo del estanque. Aunque el hielo azul estaba a sólo unos dos metros bajo el agua, yo dudaba que pudiera aguantar la respiración lo suficiente como para tocar el fondo.

–No estés mucho tiempo ahí dentro –me dijo.

Soy demasiado viejo para esto, pensé. Pero algo se había apoderado de mí en mi interior, y de pronto me descubrí quitándome la ropa: la chaqueta de montaña, los 45

pantalones forrados y la ropa interior térmica. El frío me mordía en la piel. Vacilé unos instantes sobre un peñasco junto al agua helada, cubriéndome el pecho con los brazos, con la carne de gallina. Y, pensando en que eso no me iba a servir de nada, me zambullí en la laguna y la respiración se me cortó con el agua helada. Me las ingenié para nadar hasta el centro del estanque, pero no podía contener la respiración el tiempo suficiente como para sumergirme. Finalmente, me metí, como en un sueño, y besé el glaciar.

Posteriormente, Don Manuel me explicaría las iniciaciones del chamán andino. Hay siete niveles o ritos principales de iniciación. El sanador necesitaba sólo los dos primeros niveles; el chamán maestro necesitaba los cuatro primeros. Muy pocas personas completaban los siete niveles. Don Manuel, Doña Laura y Don Antonio eran los únicos chamanes vivos que habían alcanzado los siete niveles de la iniciación.

En el primer nivel, el hombre o mujer medicina recibe los siete arquetipos o principios organizadores del Universo, incorporando los espíritus de la serpiente, el jaguar, el colibrí y el cóndor en sus cuatro chakras inferiores. En los chakras superiores, el discípulo recibe tres seres luminosos, los principios organizadores del mundo inferior, el medio y el superior. También obtiene las «cintas de poden», una protección para el sanador, para que no recoja ninguna energía tóxica de sus clientes. Luego,

pasa por el rito de *kawak,* que le abre los ojos a la manera de ver del chamán. Yo he adaptado este rito en una técnica (véase capítulo 5) para despertar la segunda atención, que le permite a uno percibir el lado luminoso de la vida.

El segundo nivel en los Andes es el *pampamesayok.* Durante este rito, el chamán recibe un linaje de hombres y mujeres medicina consagrado a auxiliar a la Tierra y a todos los seres sintientes. Después de este rito de paso, el sanador o sanadora ya nunca trabaja en soledad. Recibe el apoyo de una comunidad de espíritus luminosos que lo asisten en la sanación. Estos seres luminosos trascienden las culturas y el tiempo. El rito te conecta con este linaje de sanadores luminosos, que te reconocen y responden a tu llamada.

–En realidad, no hacía falta meterse en la laguna –dijo Don Manuel mientras yo me sentaba, temblando, para ponerme de nuevo la ropa–. Tan sólo estaba sometiendo a prueba tu determinación.

Aquella noche, mientras Don Manuel dormía, me metí sigilosa mente en su tienda y

le escondí la dentadura. Le llevó dos días encontrarla.

Durante casi siete años, hasta que estuvo demasiado débil para viajar, Don Manuel y yo les enseñamos los caminos de los *kurak akuyek* a mis alumnos de Norteamérica. El punto álgido de nuestros viajes tuvo lugar cuando llevamos a cabo una ceremonia para sanar la Tierra en el altar mayor de la catedral de San Juan

el Divino, en Nueva York, la catedral gótica más grande del mundo. Asistieron centenares de personas, y Don Manuel estuvo sonriendo durante toda la noche. Nunca se hubiera imaginado que celebraría una ceremonia en un altar cristiano.

DOÑA LAURA

Doña Laura era la compañera chamana de Antonio. Ambos habían aprendido su arte en el altiplano y habían tenido los mismos maestros. Luego, Antonio se había ido a la ciudad, pero ella se había introducido aún más en las montañas y vivía por encima de la zona de nieves perpetuas cerca del monte Ausangate, la montaña sagrada de los incas. Doña Laura era una anciana endiablada, una de las personas más temibles que yo haya conocido jamás. Era una mujer que te atravesaba con la mirada, y a la luz de una vela sus rasgos parecían transformarse; su nariz se convertía en un pico ganchudo y sus ojos semejaban los de un halcón. Ella no estaba de acuerdo con que Antonio me hubiera aceptado como discípulo, y le decía que las suyas eran costumbres sólo de los indios. Después de que yo completara mis ritos de paso, tras convertirme en un *kurak akuyek,* sería cuando Doña Laura dejaría de llamarme «muchacho» y nos haríamos amigos.

Nunca me tomé sus desprecios como algo personal. Ella era muy dura con sus propios discípulos, a los que golpeaba con un palo cuando cometían algún error especialmente estúpido; y sacarle una sonrisa, por breve que fuera, era más valioso que las alabanzas de cualquier otro maestro. Ella era la jefa de las

sociedades de hombres y mujeres medicina, con el mismo rango y categoría que Don Antonio, y era capaz cambiar de forma. Mientras que la mayoría de los chamanes podían viajar con la forma de un espíritu de águila o de jaguar en sueños, Laura podía hacerlo mientras estaba despierta, a la luz del día. Era capaz de fundirse con un cóndor y hacer volar a voluntad suya a la gigantesca ave, sumergiéndose entre barrancos o volando a varios kilómetros por encima del suelo, contemplando el paisaje que se abría más abajo. En una

ocasión, a los pies del monte Ausangate, la desafió uno de sus discípulos, un indio bajito y gordinflón llamado Mariano, que tenía un gran sentido del humor y un don especial para recoger plantas medicinales, pero que solía hacer mal todo lo demás.

–¿Cómo puedo saber que está usted de verdad dentro del cóndor y que no se lo está imaginando? –le preguntó.

Yo me encontraba tres o cuatro metros más abajo, en nuestro campamento, con Don Antonio. El ambiente se electrizó repentinamente y vi una tenue sonrisa dibujarse en el rostro de Antonio. Todos sabíamos bien lo que significaba desafiar a la anciana, de modo que prestamos mucha atención a su respuesta.

–¿Existe alguna diferencia entre realidad e imaginación? –respondió en un tono suave.

Nos miramos todos decepcionados.

Se aproximaba el crepúsculo, y media docena de nosotros salimos a recoger matojos y *masto,* el excremento seco de las

llamas, que se utiliza como combustible en las zonas más altas de las montañas. Media hora más tarde, estábamos todos de vuelta en el campamento, salvo Mariano. La mayoría de los discípulos de Laura eran mujeres, y ellas les habían dado nombres de mujer a los dos discípulos varones, nombres que pronunciaban cuando ellos no estaban presentes.

—¿Dónde está María? —preguntaban divertidas.

—A lo mejor se ha perdido —dijo una por lo bajo.

Yo hubiera dicho que Antonio se estaba empezando a preocupar. Era invierno, y estábamos en la segunda montaña más alta de Suramérica. En poco más de media hora, la temperatura caería por debajo de cero. Antonio nos hizo una señal a mí y a otro hombre para que saliéramos a buscarlo. Pero, cuando estábamos saliendo del campamento vimos venir a Mariano tambaleándose. Llevaba la cara ensangrentada, y a duras penas se mantenía en pie. Busqué el botiquín de primeros auxilios que guardaba en el fondo de mi bolsa para situaciones como aquélla. A mi mentor no le gustaba utilizar medicinas occidentales, pero a aquella altitud no crecían plantas medicinales. Estábamos tan por encima de la línea de los árboles que no había a la vista plantas de ningún tipo. Nos hallábamos en medio de un paisaje estéril y helado, salpicado de afloramientos rocosos. Metimos a Mariano en nuestra tienda y vimos que tenía rasgada la espalda de su abrigo; el relleno blanco de éste estaba manchado de sangre. El corte

había atravesado la ropa y le había desgarrado la piel, dejándole tres profundas heridas en la espalda, parecidas a las

que le hubieran podido dejar las garras de un animal. Le pregunt amos a Mariano qué había pasado, pero lo único que hizo fue menear la cabeza y decir que se había caído y se había hecho un corte en la cara con el hielo. Más tarde, aquella misma noche, casualmente oímos cómo se disculpaba con Doña Laura. Al parecer, un cóndor gigantesco había bajado en picado desde el cielo y había intentado llevárselo. Se sabía que los cóndores eran capaces de arrebatar del suelo ovejas adultas, para llevárselas volando entre sus garras y arrojarlas desde las alturas con el fin de darles muerte entre las rocas.

Con los años, Doña Laura y yo nos haríamos amigos. Un día me dijo que el secreto del cambio de forma estribaba en darse cuenta de que tú no eres diferente de ninguna otra cosa en el Universo, ni mejor ni peor. En cuanto comprendes en lo más profundo de tus células que eres exactamente lo mismo que todo lo demás, que no eres más importante que un insecto, ni menos importante que el Sol, puedes cambiar tu forma y adoptar la que desees, sea un cóndor o un árbol. Puedes incluso hacerte invisible a los demás. Ella me dijo que el chamán tiene que dominar el arte de la invisibilidad con el fin de no llamar la atención sobre sí mismo. Antonio había llegado a dominar este arte. Él era invisible para la Iglesia Católica. Nadie sabía quién era, de modo que era libre para cambiar el mundo.

–Tú puedes conseguir lo que quieras –me dijo Laura en una ocasión–, siempre y cuando estés dispuesto a dejar que los demás se lleven las medallas.

DON EDUARDO

Eduardo Calderón era pescador. Vivía en la región costera septentrional del Perú, cerca de las legendarias lagunas de Shimbe, y tenía un don innato para ver la naturaleza luminosa de la vida. Eduardo era descendiente de los indígenas moche, una gran civilización que floreció hace más de mil años. Eduardo había desarrollado su don después de años de entrenamiento, y podía mirarte y contarte la historia de tu vida, tanto tu historia pública, que llevabas en la superficie, como tu historia más íntima, las historias secretas que todos llevamos en nuestro interior. La reputación de Don Eduardo como vidente y sanador se había difundido 49

por todo el Perú. Incluso habían ido a verlo algunos miembros del senado.

Antonio ya me había dicho en varias ocasiones que debería ir a trabajar con Don Eduardo. Los chamanes de la costa eran famosos por su habilidad para ver el mundo del Espíritu. Éste era un arte que se había perdido en los Andes. Eran muchos los que tenían que echar mano, a veces sin mucho acierto, de la lectura de las hojas de coca. Yo no estaba demasiado entusiasmado con la sugerencia de Antonio. Ya tenía suficiente con la formación que me estaba dando él, y había empleado bastante tiempo en el Amazonas aprendiendo los ritos de muerte y el viaje más allá de la muerte. Pero, entonces, Antonio desapareció.

Yo había vuelto al Perú para pasar tres meses recorriendo el

altiplano con él. Él se había tomado un año sabático en la universidad, y nadie sabía adónde había ido ni cuándo volvería. Era la estación lluviosa en el Amazonas, lo cual hacía imposible viajar hasta allí. Sin muchas ganas, recogí mi equipaje y me fui a ver a Don Eduardo, con el que había trabajado algunos años atrás. Al día siguiente de mi llegada, él tenía programado llevar a cabo una ceremonia de sanación. Había veinticinco o treinta personas, los enfermos y sus familias, en un círculo, en la playa, de noche. Eduardo tenía un ayudante a cada lado. Al cabo de una hora, sentí la necesidad de estirar las piernas, de modo que me fui a la orilla de la playa. Cuando volví al círculo, me percaté de que uno de los ayudantes de Don Eduardo no estaba. Al parecer, el hombre se había puesto enfermo, y ahora yacía en el suelo, cubierto con una manta. Eduardo me hizo señas para que me pusiera a su lado y asumiera el papel de ayudante.

En cuanto me senté junto a Don Eduardo, sentí que había entrado en otro mundo, un mundo más lúcido y cristalino. Era como si alguien hubiera encendido la luz y yo pudiera ver. Las formas luminosas que yo había visto en los Andes con Don Antonio palidecían en comparación. En cuanto me alejaba unos metros, el mundo volvía a sumirse en la oscuridad de la noche una vez más. El campo de energía luminosa de Don Eduardo estaba haciendo que mi visión fuera transparente como el cristal. Luego, se volvió hacia mí y me dijo que yo tenía un don, pero que tenía que entrenarlo, para aprender a ver con claridad y precisión.

Aquella noche, por vez primera, vi una entidad intrusa. Este

espíritu estaba alojado en el interior del campo de energía luminosa de una mujer. La entidad 50

parásita estaba chupándole la fuerza vital. La mujer había venido a Eduardo quejándose de que estaba deprimida y desesperada. El sanador se puso en pie, tomó una espada y un cristal de su altar, y procedió a extraer a la entidad intrusa que le estaba causando el trastorno a la mujer.

–Tenemos que sanarlo –dijo mientras se volvía hacia mí–. Es su hermano, que murió en un accidente de automóvil hace unos meses. No sabe que ha muerto, y ha venido hasta su hermana en busca de ayuda.

Luego, Don Eduardo llevó a cabo una sanación para el hermano fallecido, para ayudarlo a despertar de la pesadilla en la que estaba sumido y completar así su viaje hasta el mundo del Espíritu.

–Un sacerdote le habría hecho un exorcismo, arrojando su alma de nuevo a la oscuridad –dijo Don Eduardo.

Aquella noche, mis ojos se abrieron a un mundo que previamente me había negado a aceptar. Yo había creído ingenuamente que en el mundo del Espíritu sólo había ángeles y seres luminosos. Lo último que hubiera querido descubrir era que algunas afecciones físicas y emocionales pueden estar causadas por entidades espirituales invasoras. Yo no quería saber nada de la «escoria» del mundo del Espíritu. Pero quería aprender a ver, y Don Eduardo era un vidente maestro. Y lo que vi me enseñó que las personas no se vuelven santas automáticamente por el hecho

de haber muerto. Hay tantas personas turbadas en el otro lado como puede haberlas en el mundo físico. Eduardo me enseñó los ritos de paso que despiertan la capacidad para ver en el mundo invisible. Ésta era una pieza del rompecabezas que Antonio y yo habíamos estado buscando durante mucho tiempo, los ritos del *kawak* o del «vidente».

3
EL CAMPO DE ENERGÍA LUMINOSA

Me he dado cuenta de que la poción de san Pedro no hace otra cosa que ponerme enfermo. Ese grumoso líquido me recuerda a los mocos, y me atraganto cuando intento tragármelo. Debe de ser algo adquirido... He estado haciendo cálculos y no hay suficientes ingredientes activos en la poción como para que alguien pueda tener visiones durante la ceremonia. Estoy convencido de que el estado alterado en el que me encuentro lo genera Don Eduardo al cantar. Y, por otra parte, también está la energía que él afirma que entra en el espacio ceremonial cuando invoca a los espíritus de la serpiente, del jaguar, del colibrí y del cóndor. No estoy convencido de que no sea todo una forma sutil de hipnosis, que sea él quien nos lleva de aquí

para allá, y que sus clientes se pongan bien porque quieren ponerse bien y reciben el permiso del chamán. Sugestión posthipnótica. En cierta ocasión vi a un hombre bajarse los pantalones delante de un auditorio a rebosar debido a la sugestión posthipnótica.

Lo que no puedo explicar es el hecho de estar viendo energía. Esto sólo ocurre cuando me siento junto a Don Eduardo. En cuanto me alejo un poco de él ya no percibo nada. Es como si él estuviera inmerso en un espacio eléctrico en el que el aire se estremece realmente. En cuanto entro en su espacio, veo todo lo que él ve.

Anoche estaba tratando a una mujer joven. Ella estaba de pie, a algo menos de dos metros de nosotros, con su hijo en brazos, y Eduardo se puso a cantar. De repente, aparecieron cinco o seis zarcillos, como las patas de un pulpo, que salían del vientre de la mujer. Uno de esos brazos salió y se conectó con el vientre de una forma lechosa que vimos a su lado. Eduardo dijo que esta entidad era su anterior marido, que estaba intentando conseguir la custodia de su hija.

– Este hombre te está haciendo daño –dijo Eduardo–. Está unido a ti a través de tu matriz.

Aunque era un hombre fornido, el chamán dio un salto desde detrás de sus piedras medicinales, agarró una de las espadas de su altar y se plantó junto a la mujer; tocó con la punta de la espada el abdomen de ésta, y su cuerpo luminoso se encendió. Era una visión impresionante, como si una lámpara de lava se hubiera encendido de repente y los glóbulos se arremolinaran en corrientes de luz y oscuridad, borboteando unos cuantos centímetros más allá de la superficie de su piel. Luego, con un golpe rápido de la espada, Eduardo cercenó el oscuro cordón, que se retrajo inmediatamente en el interior del abdomen de la entidad, directamente en sus tripas.

Eduardo se puso a aspirar el resto de zarcillos oscuros del vientre de la mujer, introduciendo sonoramente en su boca las tóxicas hebras. Así estuvo durante casi un minuto y, luego, salió del círculo. Desde la distancia alcancé a escuchar las violentas arcadas de sus náuseas.

Cuando volví a mirar a la mujer, todas las fibras oscuras habían desaparecido. Vi que su segundo chakra giraba torpemente, para luego ir ganando velocidad, reorganizándose hasta adoptar una forma cónica. Más tarde, Don Eduardo volvió al altar y se derrumbó a mi lado, exhausto.

–¿Has visto, compadre? [5] *–me preguntó.*

DIARIOS

Todos tenemos un campo de energía luminosa que envuelve nuestro cuerpo físico y le da forma, del mismo modo que los campos de energía de un imán organizan las limaduras de hierro sobre un cristal. Nuestro campo de energía luminosa existe desde antes del comienzo del tiempo. Era uno con la luz no manifestada de la Creación, y perdurará en el infinito. Mora más allá del tiempo, pero se manifiesta en éste creando nuevos cuerpos físicos vida tras vida.

Imagínese envuelto por una esfera traslúcida y multicolor que pulsa con azules, verdes, magentas y amarillos; que lo circunda hasta una distancia equivalente a la de sus brazos extendidos. Justo por encima de la piel, brillan con luz trémula corrientes de luz dorada, una luz que fluye.

5. En español en el original. (*N. del T.*)

a través de los meridianos de acupuntura. Entre la piel y la membrana del campo de energía luminosa, se arremolinan unas corrientes resplandecientes que se funden en remolinos de luz. Esta represa de fuerza vital es un mar de energía viva, tan indispensable para nuestra salud como el oxígeno y los nutrientes que transporta la corriente sanguínea. Son las energías del campo de energía luminosa, el más puro y precioso combustible para la

vida. Cuando las reservas vitales del campo de energía luminosa se reducen debido a la enfermedad, la contaminación ambiental o el estrés, es cuando sentimos malestar. Y podemos asegurar nuestra salud y nuestra vitalidad, así como prolongar nuestros años de saludable actividad, «rellenándonos», de este combustible esencial.

Los místicos hindúes y tibetanos que documentaron la existencia de este campo de energía luminosa hace miles de años lo describían como un aura o halo que rodeaba el cuerpo físico. En principio, me resultó extraño encontrar el mismo concepto de un campo de energía humano entre los chamanes de las selvas y las montañas de las Américas. Sin embargo, en cuanto capté la universidad del campo de energía humano, comprendí que todas las culturas tenían que haberlo descubierto. En Oriente, los mandalas representan a Buda envuelto por bandas de fuego azul y dorado. En Occidente, se muestra a Cristo y a los apóstoles con unos halos luminosos en torno a ellos. En la literatura mística, se dice que el apóstol Tomás había brillado con el mismo fulgor que Cristo. Las leyendas nativas americanas hablan de personas que brillaban con una tenue luz por la noche, como iluminadas por un fuego interno. Los narradores de cuentos andinos rememoran al soberano Pachacutek, al que se consideraba Hijo del Sol, que resplandecía con la luz de la aurora.

Todo lo que tiene vida en la Tierra está compuesto de luz. Las plantas absorben la luz directamente del sol y la convierten en vida, y los animales se nutren con plantas verdes que se alimentan de luz, de modo que la luz es el bloque de construcción

fundamental de la vida. Somos luz convertida en materia viva. Todos los seres vivientes que nos rodean están hechos de luz, contenida y envasada en diferentes formas y vibraciones. Los físicos que estudian las partículas subatómicas saben que, cuando se observa en profundidad el corazón de la materia, uno se encuentra con que el Universo entero está hecho de vibraciones y de luz.

Estamos equivocados si creemos que los relatos sobre la luz que envolvía al Buda o a Cristo no son más que mitos y leyendas. Ni tampoco podemos atribuir la radiación 55

de estas personas a alguna extraña bioluminiscencia que genera el cuerpo, como si de una luciérnaga se tratara. El Buda indicó el camino hacia la iluminación. Nos enseñó a seguir nuestra luz para alcanzar la liberación de todo sufrimiento. Y se dice que un brillo cegador cubrió a Cristo cuando recibió el bautismo en el río Jordán. Cuando creemos que Cristo quizá brillara con la luz de Su amor, pero que *nosotros* decididamente no podemos brillar, estamos negando las enseñanzas de Cristo, que dijo: «Cosas aún más grandes que las que yo he hecho haréis vosotros». Normalmente, consideramos estas referencias como metáforas. Buscamos la iluminación como una especie de elevado entendimiento. Pero mis investigaciones me han convencido de que las antiguas referencias acerca de la luz son hechos que se pueden verificar a través de la experiencia. Entonces, cuando comprendemos nuestra naturaleza luminosa, podemos eludir las trampas del mundo material y experimentar el infinito. Pero primero, no obstante, conviene comprender la anatomía del

campo de energía luminosa.

LA ANATOMÍA DEL ALMA

El campo de energía luminosa es una matriz invisible que da forma a la anatomía del cuerpo. Cuando estaba en la escuela primaria, me llevé una profunda impresión al ver los hermosos diseños ovales que adoptaban las limaduras de hierro sobre una lámina de cristal al resultar afectadas por los campos invisibles de un imán. Me di cuenta de que, cuando movía el imán bajo el cristal, las limaduras de hierro seguían al imán como una caravana de hormigas metálicas. Y vi que, cuando apartaba las limaduras con el dedo, se precipitaban de nuevo a su posición original en cuanto las dejaba libres. Era como si las limaduras de hierro tuvieran su propia mente. ¿Qué es lo que hacía que esos pequeños fragmentos de hierro volvieran a su disposición original? Muchos años después comprendí que la medicina occidental, en sus esfuerzos por cambiar el cuerpo físico, no hacía otra cosa que mover las limaduras de hierro por el cristal. La cirugía y los medicamentos suelen generar cambios violentos y traumáticos en el organismo. Esta manera de hacer las cosas se me antojaba sumamente basta e invasora, como al esparcir las limaduras de hierro con la mano, en lugar de moverlas trasladando el imán que hay bajo el cristal.

El imán y sus limaduras de hierro se convertirían para mí en una metáfora de cómo la materia y la conciencia están ligadas a través de un campo de energía invisible. Yo he visto cómo, tras una operación para extirpar un tumor, el cáncer retornaba semanas o meses después. Aunque se había sacado del organismo la masa física, el tumor, el campo de energía luminosa seguía conservando la huella de la enfermedad. Era sólo cuestión de tiempo que la enfermedad se regenerara, precipitándose por reestablecer el patrón preexistente. Cuando sanamos a través del proceso de iluminación, cambiamos las limaduras de hierro del cuerpo mediante un cambio de los campos de energía que las organizan. Sanamos el campo de energía luminosa, y el cuerpo físico viene a continuación.

El campo de energía luminosa tiene cuatro capas que se extienden a partir del cuerpo. Estas capas son:

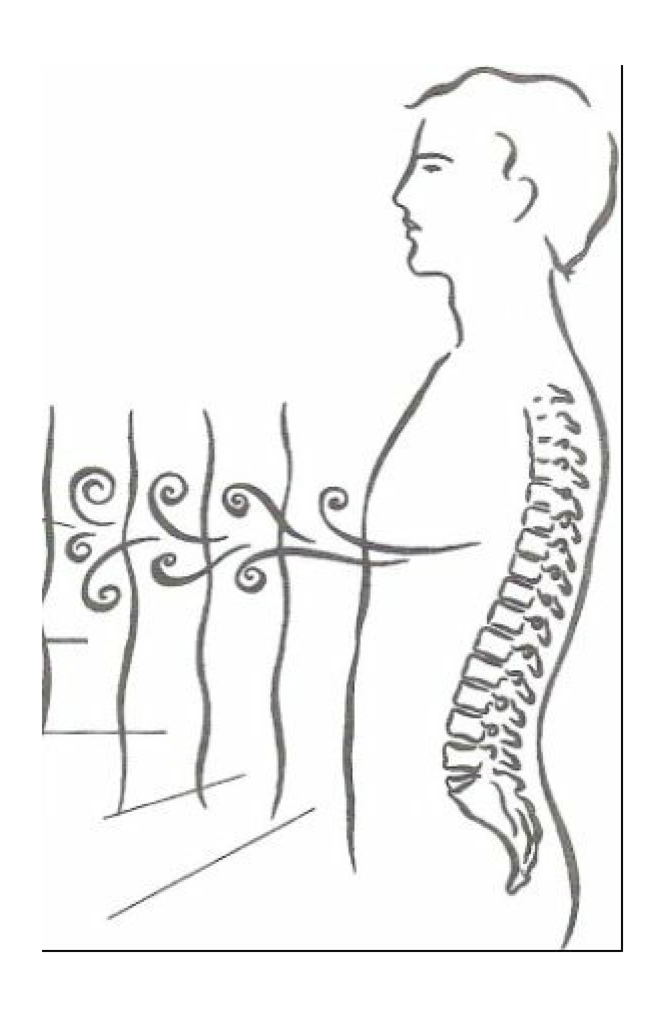
1. la causal (el Espíritu),
2. la psíquica (también conocida como etérica, el alma),
3. la mental-emocional (la mente), 4. la física (el cuerpo).

Cada capa almacena un tipo diferente de energía. La capa externa acumula la energía que proporciona el combustible al cuerpo físico. La inmediatamente inferior almacena las energías que sustentan la resistencia mental y emocional. Por debajo de esta capa se encuentran las energías psíquicas, y pegada a la

piel se encuentra la energía más fina de todas, nuestra reserva de combustible espiritual. La literatura mística se refiere a estas capas como «cuerpos sutiles». En realidad, no están separadas unas de otras, del mismo modo que los colores del arco iris no están separados entre sí, sino que se disuelven unos en otros.

El campo de energía luminosa contiene un archivo de todos nuestros recuerdos personales y ancestrales, de todos los traumas de la infancia, e incluso de heridas dolorosas de vidas anteriores. Estos registros o huellas se almacenan en emociones de todo tipo de colores e intensidades. Las huellas son como programas informáticos latentes que, cuando se activan, nos impulsan en la dirección de determinados comportamientos, relaciones, accidentes y enfermedades que emulan la herida inicial. De hecho, nuestra historia personal se repite. Las huellas de un traumatismo físico se *57*

CAPAS DEL CAMPO DE ENERGÍA LUMINOSA



chackra inervador

de la

columna

capa

física

capa

mental-emocional

capa

psíquica-etérica

capa

causal

almacenan en la capa externa del campo de energía luminosa. Las huellas emocionales se almacenan en la segunda capa, las huellas del alma en la tercera y las huellas espirituales en la cuarta capa, la más profunda. Las huellas del campo de energía luminosa nos predisponen a seguir ciertos senderos en la vida. Son ellas las que orquestan los incidentes, las experiencias y las personas a las que vamos a atraer.

Las huellas nos impulsan a recrear dolorosos dramas y descorazonadores encuentros, si bien a la larga nos llevan hacia situaciones en las que podremos sanar las antiguas heridas de nuestra alma.

No me preocupa demasiado la capa en la que se ubica una huella, del mismo modo que tampoco me preocupa demasiado en qué parte de la memoria almacena mi ordenador una carta. Lo que me interesa es editar y cambiar el contenido de la carta. De igual modo, durante el proceso de iluminación, lo que me interesa es limpiar el contenido negativo de una huella. Todas las huellas contienen una información que conforma los chakras y que organiza nuestro mundo físico y emocional. La información contenida en una huella organiza el campo de energía luminosa, que a su vez organiza la materia.

El campo de energía luminosa contiene una plantilla del modo en que vivimos, de cómo envejecemos, de cómo sanamos y de cómo podríamos morir. Cuando no hay ninguna huella de enfermedad en el campo de energía luminosa, la persona se recupera de cualquier enfermedad a una enorme velocidad. Del mismo modo, las huellas de las enfermedades pueden deprimir el sistema inmunológico, y eso puede hacer que nos lleve mucho tiempo recuperar la salud si caemos enfermos. A nadie le gusta pasarse unos meses convaleciente, cuando podría recuperarse en cuestión de días o semanas. Si borramos la huella negativa que provocó el inició de la enfermedad, el sistema inmunológico podrá erradicar la enfermedad con rapidez.

George era un joven atlético de veintitantos años que padecía una disfunción renal. En cuanto los médicos del Centro Médico de la Universidad de California en San Francisco pudieron localizar a un donante, le hicieron a George el correspondiente trasplante. El día antes de la operación le dieron determinados fármacos para suprimir la acción del sistema inmunológico, con el fin de que su organismo no rechazara el riñón extraño. Como precaución habitual antes de cualquier trasplante, se examinó el órgano con sumo cuidado, para asegurarse de que no hubiera en él, célula cancerígena alguna. Pero unas cuantas células cancerígenas pasaron el examen y, al cabo de una semana, se habían convertido en tumores del tamaño de uvas. Aquello resultaba grotesco, y George sufría fuertes dolores.

Los médicos le quitaron los fármacos que suprimían el

sistema inmunológico. Los glóbulos blancos se precipitaron en la zona y, al cabo de pocos días, los tumores habían desaparecido. El problema era que es sistema inmunológico estaba rechazando el riñón. Se reanudó el tratamiento de supresores del sistema inmunológico y el organismo aceptó el riñón, pero volvieron los tumores del 59

tamaño de una uva. Así estuvieron varias semanas, durante las cuales los tumores aparecieron siete veces. Al cabo de dos meses de tratamiento de ahora sí, ahora no, el organismo aceptó el riñón lo suficientemente bien como para que George pudiera dejar la medicación, y el cáncer desapareció. Creo que este joven se recuperó con tanta rapidez debido a que no tenía la huella del cáncer en su campo de energía luminosa. Su sistema inmunológico eliminaba rápidamente los tumores una vez se le retiraban los fármacos supresores del sistema inmunológico. El cáncer ya no volvió.

RÍOS DE LUZ

El campo de energía luminosa tiene una forma similar a la de un *donut* (conocido en geometría como un toro) con un eje estrecho o túnel, de menos de una molécula de grosor, en el centro. En la lengua inca se lo conoce como el *popo*, o burbuja luminosa. Las personas que han tenido una experiencia cercana a la muerte dicen haber recorrido este túnel en su viaje de vuelta a la luz. El campo de energía humano es un reflejo del campo magnético de la Tierra, que emerge por el Polo Norte y circunnavega el planeta

para reentrar de nuevo a través del Polo Sur. De forma parecida, las líneas de flujo o *cekes* del campo de energía luminosa brotan por la parte superior de la cabeza y se derraman en torno al cuerpo luminoso, formando un gran óvalo que tiene la anchura de los brazos extendidos. El campo de energía humano penetra la Tierra alrededor de treinta centímetros, y luego vuelve a entrar en el cuerpo a través de los pies.

Aunque la fuerza del campo magnético terrestre disminuye rápidamente a medida que se aleja del planeta, nunca alcanza el valor de cero. Se extiende centenares de kilómetros en el espacio antes de que disminuya su fuerza, y viaja a la velocidad de la luz, a casi 300.000 kilómetros por segundo, hasta los confines del Universo. El campo de energía humano se extiende a algo más de un metro del cuerpo, dado que, al igual que el campo magnético terrestre, su fuerza disminuye con rapidez. Sin embargo, también viaja a la velocidad de la luz, conectándonos con la matriz luminosa de todo el Universo, que los incas llamaban *texemuyo* o red que todo lo impregna.

A lo largo de la superficie del planeta discurren líneas de flujo, o *cekes,* similares a los meridianos de acupuntura, que conectan los chakras 60

principales del planeta. Los meridianos de la Tierra atraviesan el globo, transportando la energía y la información de una parte a otra del planeta. Los chamanes sostienen que pueden comunicarse entre sí a través de la matriz luminosa formada por las líneas de flujo de la Tierra. El hombre o la mujer medicina es capaz de sentir, y a veces de ver, la rejilla luminosa del Universo que se

extiende más allá de la Tierra hasta las mismas galaxias.

Muchas personas en nuestra sociedad tecnológica se hallan desconectadas de la matriz del Universo. Suelo encontrarme con que las personas que vienen a verme con síntomas de fatiga crónica es porque están completamente disociadas del mundo natural. No salen a caminar por los bosques, ni plantan tomates en su huerto, y ni siquiera se detienen a oler las flores. Con esto no quiero decir que el síndrome de fatiga crónica, que es un trastorno médico complejo se vaya a curar caminando por el bosque. Sin embargo, las personas que padecen este trastorno precisan de una reconexión vital con la rejilla natural como parte de su sanación.

Del mismo modo que las líneas de flujo discurren a lo largo del cuerpo de la Tierra, los meridianos de acupuntura discurren a lo largo de la superficie de la piel, conectando entre sí los puntos de acupuntura (que son, en esencia, chakras muy pequeños). Estos meridianos energéticos son análogos al sistema circulatorio que discurre por el interior del organismo. Son las venas y las arterias del campo de energía luminosa. Las mujeres y los hombres medicina de las Américas llaman a los meridianos *ríos de luz* [6], ríos que fluyen por el cuerpo luminoso. Hay leyendas que dicen que, hace cinco mil años, los primeros médicos acupuntores podían ver los meridianos entrecruzándose por la superficie del cuerpo. Aún hoy en día, la mayoría de los más renombrados acupuntores japoneses son ciegos. Sus aclamadas habilidades diagnósticas son posibles porque no se dejan distraer por las apariencias físicas. Siendo capaces de seguir el flujo del

chi con los dedos, estos acupuntores sienten su ritmo y su pulsación a lo largo de los meridianos. Y, percibiendo dónde está bloqueado el *chi* y dónde fluye con vigor, pueden diferenciar lo sano de lo enfermo.

En las tradiciones místicas abundan las referencias a personas que eran capaces de percibir el campo de energía luminosa. Entre los incas, se los conoce como los *kawak,* los videntes. En las llanuras de Nazca, 6. En español en el original (*N. del T.)*

en el desierto meridional del Perú, hay una ciudad abandonada denominada Kawachi (que significa «lugar de los videntes»), toda una ciudad consagrada a formar a las personas para que perciban la naturaleza luminosa de la vida. Con los años, terminé desarrollando la capacidad para percibir las corrientes de luz que fluyen a través del cuerpo luminoso, y para leer las huellas de la salud y la enfermedad. Creo que se trata de una capacidad innata que todos poseemos, pero que o bien no desarrollamos, o bien perdemos después de los siete u ocho años, debido a que se nos enseña a creer que el mundo material es el único mundo «real», Los chamanes de las Américas se basan en su capacidad para percibir este reino energético.

Hace casi veinte años, estando de visita en la ciudad de Cuzco, la capital del imperio inca, tuve la oportunidad de observar a un sanador llamado Máximo mientras trabajaba con una mujer india. La anciana padecía de asma, y sufría unos terribles ataques de tos cada vez que hacía el menor esfuerzo,

como subir un tramo de escaleras. Tras los saludos y presentaciones habituales, Máximo le pidió a la mujer que se sentara y se desabrochara la blusa. Se puso a su espalda y, con el dedo índice, trazó una línea invisible a un lado de su columna vertebral. Luego se detuvo, apretó con la punta del dedo profundizando en su carne y le dio instrucciones para que se relajara. El sanador siguió trazando líneas hacia abajo por la espalda de la mujer, aplicando presión en diversos puntos, mientras la mujer se estremecía de dolor.

Máximo había estimulado los puntos exactos que se utilizan en la acupuntura para el tratamiento del asma. Tras la terapia, le manifesté mi sorpresa por ello, pero la respuesta del sanador me sorprendió aún más. Me dijo que nunca había oído hablar de la acupuntura ni de ninguno de aquellos puntos. Me explicó que había aprendido esta técnica de su abuela, que le enseñó a ver los ríos de luz o *cekes* por la superficie de la piel, y a masajear los puntos donde había bloqueos para que la luz pudiera fluir libremente de nuevo. Luego, sonrió y me pidió que me desvistiera dejándome sólo la ropa interior; y, con un lápiz de labios de su mujer, Anita, se puso a trazar los ríos de luz sobre mi cuerpo. Yo estaba de pie sobre la mesa del comedor, mientras Máximo me hacía una foto, cuando, de repente, Anita y sus dos hijas entraron en la sala, gritaron y salieron corriendo de la casa. Luego me enteraría de que no le impactó tanto la visión de un hombre medio desnudo, encima

de la mesa del comedor, como el hecho de que hubiéramos utilizado su único lápiz de labios. Cuando volví a California,

comparé las fotografías con los diagramas de los meridianos de acupuntura china, y pude comprobar que coincidían con tal exactitud. Para Máximo y para otros chamanes de las Américas, los ríos de luz del cuerpo son afluentes que se introducen y extraen su sustancia de los grandes ríos luminosos que discurren por la superficie de la Tierra.

LOS CHACKAS

La gente suele llevarse una sorpresa cuando se entera de que en las tradiciones nativas americanas también se habla de los chakras. «Creía que los chakras eran algo hindú», suelen decirme. Los chakras forman parte de la anatomía del campo de energía luminosa. El mero hecho de que los riñones recibieran su nombre en Europa no quiere decir que el riñón sea algo exclusivamente europeo. De igual modo, los chakras no son algo exclusivamente hindú.

Todo ser vivo tiene chakras. Los grillos los tienen, al igual que los ciervos, las ardillas y los seres humanos. Hasta los árboles tienen chakras. Los chakras, en el caso de los animales, se hallan a lo largo de la espina dorsal al igual que ocurre con los seres humanos. Los chakras de los árboles, por otra parte, son móviles, dado que los árboles carecen de columna vertebral. Puede usted explorar la superficie de un árbol con la mano. Cuando perciba una sensación de hormigueo, que indica la presencia de un chakra, agárrelo con ambas manos (tienen más o menos el tamaño de una pelota de baloncesto). Estimulando suavemente el chakra del árbol, para que se sintonice con sus propios chakras, podrá conectar energéticamente con él.

En algunos sitios de Suramérica se conoce a los chakras como *ojos de luz* [7] .Mi mentor inca los llamaba *pukios,* o manantiales de luz. A través de los chakras, recibimos impresiones del mundo que nos rodea; percibimos amor en el

corazón; sexualidad, miedo y peligro en el vientre (segundo chakra); e ideas y discernimientos en el chakra del entrecejo (sexto chakra). Ante una situación desagradable, el segundo chakra puede tener un espasmo, lo cual nos hace sentir un nudo en el estómago.

7. En español en el original. (*N. del T.*)

Y, a partir de la inequívoca experiencia de percibir los sentimientos en el centro del corazón, hemos llegado a asociar el amor con el corazón, y también a utilizar expresiones como «tener roto el corazón» para indicar un profundo dolor emocional.

En las tradiciones orientales, existe la suposición de que los chakras se encuentran dentro del cuerpo humano. Sin embargo, para el chamán, los chakras exhiben unas hebras luminosas, o *huaskas,* que se extienden más allá del cuerpo, conectándonos con los árboles, los ríos y los bosques. Estas fibras luminosas se extienden también hasta los lugares en los que hemos nacido y vivimos, y hasta nuestra historia personal y nuestro destino. En tanto que en la tradición hindú se habla de siete chakras, el chamán con quien me formé me enseñó a percibir dos chakras más: el octavo, por encima del cuerpo luminoso, pero dentro aún del campo de energía luminosa, conocido como el *wiracocha,* o fuente de lo sagrado; y e noveno chakra, en el exterior del cuerpo, en unidad con toda la Creación, que reside en el infinito,

en el mundo del Espíritu, conocido corno el *causay,* el punto de la Creación no manifestada: infinito. Exploraremos este sistema de chakras con mayor detalle en el capítulo 6.

Los chakras son los órganos del campo de energía luminosa. Son una especie de discos de energía que gira en remolino, con una boca amplia que da vueltas a unos cuantos centímetros del cuerpo; a través de esa boca, el chakra ingiere el combustible radiante almacenado en el cuerpo luminoso, nutriendo a la persona espiritual, emocional y creativamente. El extremo más estrecho del embudo que forma el chakra se engancha directamente en la espina dorsal. Los chakras trasmiten la información de los traumas y las heridas del pasado, que se encuentran en las huellas del campo de energía luminosa, hasta el sistema nervioso. Los chakras conforman nuestra neurofisiología, afectando a nuestros estados de ánimo e influyendo en nuestro bienestar emocional y físico. Los chakras conectan también con las glándulas endocrinas, que regulan la totalidad del comportamiento humano.

UNA VIDA LARGA Y RADIANTE

Cuando el campo de energía luminosa se intoxica como consecuencia de la contaminación ambiental o emocional, los chakras se obstruyen.

64

El proceso es análogo al de un motor cuyos pistones estuvieran llenos de residuos. Los chakras acumulan residuos y empiezan a girar con torpeza, dando como resultado que no dispongamos de energía y que nos irritemos o deprimamos con facilidad. Con el tiempo se agarrotan, y el sistema inmunológico se viene abajo. Pero, en la longevidad, también influye mucho la calidad de las reservas de combustible del campo de energía luminosa. Cuando nuestras reservas de energía se hacen tóxicas, los chakras transmiten estas toxinas hasta el sistema nervioso central, y podemos sucumbir a la enfermedad o vernos en peligro de muerte. De la eficacia con la que renovemos nuestros almacenes de energía dependerá lo saludables y activos que nos conservemos. La calidad de nuestros almacenes de energía luminosa puede llegar a influir incluso en el modo en que envejecemos.

Los científicos que estudian el envejecimiento han descubierto que relojes biológicos del cuerpo no funcionan según el tiempo lineal. Nuestras células no disponen de un número limitado de años, aunque sí tienen un número limitado de vidas, un número limitado de veces en pueden replicarse y construir

copias exactas de sí mismas. Pongamos, por ejemplo, que las células del hígado puedan hacer un centenar de copias antes de comenzar a deteriorarse. Si se congelara un puñado de células del hígado al cabo de cuarenta y nueve replicaciones, y se descongelaran en el laboratorio cien años después, todavía podrían dividirse otras cincuenta y una veces más. Aunque cada célula del hígado puede tener un centenar de vidas, nuestros hábitos de alimentación y nuestro estilo de vida van a tener una enorme influencia en todo ello, tanto si usted disfruta de todo ese lapso vital como si no. Si usted consume alcohol en exceso, puede reducir significativamente el lapso vital de su hígado. Y tan importante para la longevidad como el estilo de vida y la dieta es la calidad de las reservas del campo de energía luminosa. Aunque no existen evidencias de laboratorio que establezcan una correlación entre las reservas del cuerpo luminoso y las vidas de las células, los chamanes creen que la calidad y la pureza de estas energías vitales son determinantes para la longevidad. Si nos encontramos sometidos a estrés emocional o físico, agotamos estas reservas con gran rapidez. Nuestros almacenes de combustible se reducen peligrosamente. El campo de energía luminosa, al igual que una batería, puede funcionar a pleno rendimiento hasta el momento en que se vea incapaz de regenerarse. Todos conocemos casos de personas que han envejecido de repente, tras un incidente traumático 65

en su vida (por ejemplo, tras una ruptura matrimonial o tras la pérdida de un ser querido). En la medida en que preservemos y regeneremos nuestras reservas luminosas, nuestra vida será más larga y saludable.

Una manera de mejorar las reservas del campo de energía luminosa es a través del proceso de iluminación, del que se habla en el capítulo 7. Otra manera consiste en la limpieza de chakras. Se puede practicar por la mañana, mientras estamos en la ducha. Ponga la mano izquierda en la base de su espina dorsal y, con la mano derecha a ocho o diez centímetros por encima de la piel, sienta el primer chakra. (Véase el capítulo 4 para saber la ubicación de los chakras.) Haga girar el chakra en dirección contraria a las manecillas del reloj (imagine que su cuerpo es la cara del reloj) tres o cuatro veces, haciendo rotar las puntas de sus dedos en círculo. Enjuáguese los dedos en el agua. Con esto, eliminará los residuos y las toxinas que se adhieren a las paredes del chakra. Repita el procedimiento con los restantes chakras, asegurándose de enjuagarse los dedos a conciencia entre uno y otro. Intente sentir la energía densa (como la del algodón de azúcar) en los chakras. Ahora, vuelva al primer chakra, y hágalo girar en la dirección de las manecillas del reloj tres o cuatro veces. Repita el procedimiento con los restantes chakras. Este ejercicio incrementa la velocidad de los chakras, haciendo que cada vórtice de energía gire en su frecuencia óptima. Un chakra limpio es capaz de recoger energía natural para rellenar las reservas del campo de energía luminosa, y conservarnos así con una salud excepcional.

El proceso de iluminación también se puede utilizar para conseguir una asombrosa longevidad. Los biólogos comparan a veces el proceso de envejecimiento de las células con la realización de una fotocopia de otra fotocopia de otra fotocopia. Cuando se llega a la fotocopia número noventa y nueve, la

imagen empieza a hacerse borrosa. En algún momento, cuando estamos cerca de los cuarenta años, la piel empieza a perder elasticidad, las patas de gallo en torno a los ojos se hacen más pronunciadas y comienzan a aparecer las líneas de la edad. ¡Sería estupendo encontrar la imagen original y duplicarla! A través del proceso de iluminación podemos hacer una copia de la primera imagen; podemos darle forma a nuestro cuerpo a partir de la fuente original que dio forma a toda vida. La misma fuente que le da la forma a las secuoyas y a los brazos en espiral de la Vía Láctea está a nuestra disposición si practicamos la sanación a través del campo de energía luminosa.

66

HUELLAS DE SALUD Y DE ENFERMEDAD

El campo de energía luminosa contiene información que puede matarnos o puede sanamos, del mismo modo que el ADN codifica dentro de su doble hélice las fórmulas de la longevidad, así como los trastornos de salud heredados que nos acosan. El campo de energía luminosa conserva el plano de nuestro cuerpo, del mismo modo que el plano de un arquitecto conserva el diseño original de una casa. Pero, a diferencia del plano físico, que está separado de la casa y permanece intacto conforme la casa envejece, nuestra plantilla luminosa va cambiando de forma a medida que experimentamos incidentes positivos y negativos a lo largo de la vida. Los traumas psicológicos y espirituales no resueltos quedan grabados como cicatrices en nuestro campo luminoso. Las experiencias positivas no dejan marcas en nuestro

cuerpo luminoso. La paz y la serenidad que podemos descubrir a través de la práctica espiritual es el combustible de las capas más internas del campo de energía luminosa, que les da energía al alma y al espíritu.

El plano que nos dio forma y nos moldeó desde que estábamos en el útero de nuestra madre contiene los recuerdos de todas nuestras vidas anteriores; la forma en la que sufrimos, la forma en la que amamos, el modo en que enfermamos y cómo morimos. En Oriente, estas huellas se conocen como karma, esas fuerzas que recorren nuestra vida como una marea gigante de la que no podemos salir. Estas huellas contienen instrucciones que nos predisponen a repetir determinados acontecimientos del pasado. Y convendrá que sepamos dónde se encuentran estas huellas de energía en el campo de energía luminosa, y cómo podemos borrarlas, para que el cuerpo, la mente y el espíritu puedan recobrar la salud.

En la capa externa del campo de energía luminosa se encuentra la membrana o «piel» del cuerpo luminoso. Esta membrana hace el papel de un capullo defensivo, del mismo modo que la piel es la membrana protectora del cuerpo. Las huellas de un trauma físico o una enfermedad quedan impresas en esta membrana como un dibujo grabado en un cristal. Cuando trabajo con un cliente que padece una enfermedad prolongada, encuentro casi siempre una huella energética que deprime el sistema in munológico. Si no se borra esa huella, la recuperación puede llevar meses o años, y la persona no sólo estará predispuesta a recaer en el mismo tras-torno, sino que llevará además la huella

en su próxima vida. Las huellas grabadas en la capa emocionalmental del campo de energía luminosa nos 67

predisponen a vivir de formas particulares y a sentirnos atraídos por determinadas personas y relaciones. Estas huellas dictan el curso de nuestra vida emocional. Es muy difícil cambiar nuestro estilo de vida sin borrar las huellas de esta capa. Las huellas almacenadas en la capa del alma o etérica dan forma a nuestra realidad física y la organizan. Las huellas en la capa casual o espiritual coreografían nuestro viaje a través de la vida, incluso el, tipo de paz y de realización espiritual que alcanzaremos.

Una huella almacenada en el cuerpo luminoso y una carta almacenada en la memoria de un ordenador tienen ciertas similitudes. Usted puede agarrar un destornillador y abrir el disco duro pero, por mucho que busque, no va a encontrar frases, signos de puntuación ni párrafos. El lenguaje informático está compuesto de ceros y unos cargados magnéticamente. El campo de energía luminosa está codificado de forma parecida. Los malos tratos en la infancia no quedan registrados en la forma de la imagen de un niño al que le están pegando. Del mismo modo, un cáncer no aparece como un bulto en la plantilla energética. Ambos aparecen como zonas de energía oscura y estancada para aquellos que pueden ver. Cuando una huella se activa, pone en marcha sus programas, alimentándolos con el combustible de los almacenes energéticos del campo de energía luminosa. Es casi imposible detenerlos. Es como meterse en un río con una balsa. Una vez entras en los rápidos, ya no hay marcha atrás; tienes que atravesarlos y esperar a que aparezca otro tramo del río más

tranquilo para acercarte a la orilla.

Las huellas se forman cuando las emociones negativas que acompañan al trauma no se sanan. Tuve una cliente con una huella altamente cargada, producida cuando su padre y su madre se separaron. Susan tenía siete años entonces, y ella creía que su padre las había dejado por culpa de ella, pensaba que debía de haber hecho algo mal. Estuvo luchando con unos severos sentimientos de abandono, que no emergieron hasta que llevaba dos años casada, cuando la huella se activó de repente. Aunque quería a su marido y nunca había tenido motivos para dudar de él, llegó a convencerse de que no podría contar con su comprensión, ni con la de ningún hombre, en caso de necesitarla. Cuando exploré su campo de energía luminosa, percibí un bulto de cuerdas con nudos, como un ovillo de hilo enmarañado, por encima de su hombro izquierdo. Cuando una huella se activa, comienza a pulsar dentro del campo de energía luminosa. La huella de Susan vibraba por encima de su hombro. Años de psicoterapia la habían ayudado a comprender sus sentimientos

de abandono, pero la terapia no pudo eliminar la huella. Una crisis o un estrés emocional desencadenarían el guión contenido en el interior de la huella, que pondría en marcha el drama de nuevo por sí mismo. Sus sentimientos de abandono emergerían y se proyectarían sobre cualquier hombre en su vida. Después de tres sesiones, Susan pudo empezar a confiar en que su marido sería comprensivo con ella. Finalmente, perdonó a su padre y recompuso su relación con él.

Sin embargo, he conocido a clientes que han sufrido de malos tratos físicos y emocionales, incluso a víctimas de violaciones y de torturas en tiempo de guerra, que no llegaron a desarrollar huellas en su campo de energía luminosa. Pudieron sanar el dolor y las emociones negativas que acompañaban al trauma. Todos hemos conocido a alguien que ha sufrido una pérdida tremenda, que ha aceptado los desafíos y las lecciones de la vida y que ha crecido a partir de ellos. También conocemos a personas que han quedado marcadas para siempre a causa de un dolor o un trauma. Siguen profundamente heridas, amargadas y resentidas. ¿Cómo se explica que el psiquiatra Viktor Frankl pudiera encontrar un sentido y un propósito mientras estaba internado en un campo de concentración durante la Segunda Guerra Mundial, después de perder a su familia a manos de los nazis? Si somos capaces de sanar el componente emocional de una situación dolorosa mientras está teniendo lugar, no se creará una huella en el campo de energía luminosa. Cuando descubri mos la compasión y el perdón en medio de nuestro dolor, no se absorbe ninguna energía tóxica residual en el campo de energía luminosa.

Las huellas del campo de energía luminosa son capaces de desen cadenar acontecimientos extraños en el mundo exterior, por inconexos que puedan parecer. Pueden orquestar nuestro encuentro con parejas sentimentales con similares rasgos tóxicos de personalidad. Pueden llevarnos a los lugares más extraños para que nos encontremos con alguien con quien estamos destinados a encontrarnos; pueden programarnos para que estemos en el vehículo que va a recibir el golpe del tráfico que

viene en dirección contraria o en aquel otro que se va a librar del accidente por poco. La historia de Magda ilustra hasta qué punto las huellas de la capa etérica o anímica del campo de energía luminosa pueden desencadenar acontecimientos en el mundo físico del mismo modo que generan enfermedades en el cuerpo.

Magda vino a verme lamentándose de lo que ella describía como una «mala suerte terrible». Había sido madre soltera y su único hijo, cuando 69

tenía la edad de diecisiete años, se había visto implicado en un trágico accidente de automóvil. Cada año, en el aniversario de su muerte, Magda se veía envuelta en alguna situación que amenazaba su vida. Un año, un automóvil chocó contra ella por detrás mientras estaba detenida en un semáforo, y tuvieron que operarla de urgencia. Al año siguiente, indigestión la llevó a la sala de cuidados intensivos del hospital, donde le dieron una solución oral de bario para hacerle un examen. Los médicos se dieron cuenta de que era alérgica al bario cuando se le detuvo el corazón. Este patrón se repitió durante cinco años consecutivos. Magda no podía comprender por qué su vida se veía amenazada cada 26 de febrero.

Cuando Magda entró en mi despacho exclamó:

–¿Por qué no fui yo la que murió? ¿Por qué tengo que seguir viva?

Se culpaba por haber permitido que su hijo se fuera con sus amigos en un automóvil aquella fatídica noche. Sin él, se sentía sola, sin propósito alguno en la vida, sin motivos para seguir

viviendo. Durante el proceso de iluminación, Magda experimentó movimientos musculares nerviosos, calambres y relajación física del cuerpo. En varias ocasiones lloró en silencio mientras su cuerpo se sacudía. Hacia el final de una de nuestras sesiones, dijo tener una profunda sensación de calma, afirmando que sentía que su hijo estaba en paz, que lo había sentido a su lado, intentando consolarla. Tras una serie de sesiones, eliminamos las huellas que la predisponían a aquellos accidentes, conocidos en psiquiatría como el efecto aniversario. Se dio cuenta de que sus almas estaban unidas, y tuvo la certeza de que nunca se separaría de su hijo. Fue entonces cuando Magda pudo llorar el fallecimiento de su hijo, y ya no volvió a representar de nuevo su accidente. Al siguiente 26 de febrero no tuvo ningún problema de salud, ningún accidente. Cuando se rompe el patrón energético, el mundo a su alrededor cambió.

Al activarse una huella, su energía tóxica se vierte en un chakra, y causa estragos a nivel emocional o afectando a la propia respuesta inmunológica. En el caso de Magda, su sufrimiento se acrecentó como crecen las nubes sombrías de una tormenta, desencadenándose todo él en el aniversario de la muerte de su hijo. Cuando detecto una huella en cuerpo luminoso, lo primero que veo son las nubes de tormenta que orbitan a su alrededor. Estas oscuras energías indican siempre la presencia de una huella activa. Y, cuando comienza la representación, gravitamos hacia personas y situaciones que nos permitan revivir las circunstancias de la herida original en un intento por sanarla.

HUELLAS GENERACIONALES

En la selva amazónica, las personas medicina hablan de maldiciones que caen sobre una familia y que se transmiten de generación en generación. En los años que estuve estudiando con los chamanes, descubrí que estos sanadores hablaban de forma metafórica, y que en realidad se referían a las huellas, que sí que pasan de generación en generación. La forma más común de huellas generacionales son los trastornos físicos que heredamos de nuestra madre o nuestro padre. Sabemos que los problemas cardíacos y el cáncer de mama parecen tener una incidencia regular dentro de algunas familias. Si su madre o su abuela murieron de una enfermedad cardíaca, puede que usted tenga factores genéticos de riesgo que lo predispongan a algún tipo de trastorno cardíaco. Estos trastornos hereditarios se archivan también en el campo de energía luminosa.

Ken vino en principio a verme por causa de un problema de pareja. Él y su novia estaban teniendo problemas de ajuste en su nueva vida juntos y solicitaban asesoramiento. Durante nuestra entrevista, me di cuenta de que en el campo de energía de Ken había una mancha oscura, a unos diez centímetros por encima del pecho. Exploré la mancha más de cerca y percibí lo que parecía una raíz que se extendía desde esta zona oscura hasta el corazón de Ken. Le pregunté si había habido algún caso de enfermedad cardíaca en su familia. Me respondió que todos habían tenido un corazón fuerte, y que nadie había muerto por afección cardíca alguna. Y afirmaba sentirse fuerte y en forma.

Me sorprendió, dado que yo había aprendido a confiar en mi visión. Animé a Ken a que fuera al médico a hacerse un chequeo, y concretamente a que le hicieran un en del corazón, le sugerí que eliminara las carnes rojas de su dieta, que hiciera ejercicio y que se cuidara el corazón. Seguí adelante y me puse a trabajar con su chakra del corazón, mientras mi mente racional me decía que quizá sufría un estrés emocional, que yo estaba malinterpretando como una afección cardíaca física.

Tres días después, Ken llamó para decirme que su hermano acababa de pasar por una operación de urgencia en la que le habían puesto un cuádruple *bypass* en el corazón. Durante un examen médico rutinario, los médicos habían descubierto que su corazón estaba al borde del ataque. Sin embargo, el chequeo al que se sometió Ken no mostró ningún problema cardíaco. Pero yo sabía que el campo de energía luminosa puede revelar un trastorno meses o años antes de que se manifieste en el

cuerpo físico. Animé a Ken a que siguiera tomando medidas preventivas, para fortalecer el corazón, y me aseguré también de que recibiera una iluminación con el fin de eliminar el trastorno en su origen, antes de que se manifestara físicamente. Ken se sanó por sí solo antes de precisar una operación para insertarle un *bypass*.

SIETE GENERACIONES

Las huellas también pueden estar relacionadas con las características psicológicas que heredamos de nuestros progenitores. En el libro de Nancy Friday, *My Mother, Myself,* [8] la autora descubre que está reviviendo la vida de su madre, a pesar de poner todo de su parte para hacer exactamente lo contrario. A menudo, terminamos luchando las mismas batallas y siguiendo los mismos senderos vitales que siguió nuestra madre o nuestro padre. Si su abuela y su madre se casaron con hombres que las maltrataron, quizás esté usted predispuesta al mismo tipo de relación. Hasta la Biblia afirma que los pecados de los padres se heredarán durante siete generaciones. Estos pecados no constituyen un castigo contra sus inocentes descendientes, sino que son energías negativas que pasan de una generación a la siguiente. Los psicólogos creen que los motivos y los comportamientos subconscientes que heredamos de nuestros progenitores podrían estar codificados en los circuitos cerebrales, y que la única manera de reprogramar estos circuitos sería a través de la psicoterapia. Pero yo estoy convencido de que estos patrones y hábitos negativos están codificados en el campo de energía luminosa, y también de que el proceso de iluminación puede conseguir en una sola sesión lo que suele llevar años sanar a través de una psicoterapia.

La conversación psicoterapéutica no suele ser suficiente para conseguir la sanación, La psicología cree que uno puede liberarse

de la nociva influencia de sus «complejos» e «impulsos» hasta entonces inconscientes en el momento en que toma conciencia de ellos. Los chamanes, por otra parte, creen que la toma de conciencia intelectual no suele hacer otra cosa que rascar la superficie del problema, y no es suficiente para proporcionar la sanación. El hecho de que una mujer sepa que sufrió *8. Mi madre, yo misma. (N. del T.)*

Abusos sexuales siendo niña la ayudará a comprender su reticencia a fiarse de los hombres, pero esta mera compresión por sí sola, difícilmente le va a permitir disfrutar de una relación íntima. Todos somos conscientes de que deberíamos hacer más ejercicios, comer menos dulces y meditar más a menudo, pero normalmente tenemos que obligarnos a hacer las cosas que sabemos que nos conviene hacer. La mete racional tiene muy poca influencia sobre las emociones y sobre nuestras apetencias físicas, nuestros temores y deseos. Sin embargo, con el proceso de iluminación pueden darse avances rápidos, por cuanto opera en el nivel causal del campo de energía luminosa. La conversación psicoterapéutica opera sólo en el nivel mental, y es incapaz de borrar o reinformar las huellas arcaicas del campo de energía luminosa.

Hay otro tipo de huella que se transmite de una generación a otra, de padre a hijo y de madre a hija. Sentí curiosidad acerca

de esto cuando la vi operar en mi propia familia. Mi abuelo lo perdió todo durante la Gran Depresión, a la edad de cuarenta y cinco años. Cuando mi padre tenía cuarenta y seis, siendo un próspero abogado en La Habana, perdió empleo y todas sus posesiones materiales al alzarse los comunistas con el poder. Mi padre había medido siempre su éxito en función de sus logros materiales: el tipo de casa en la que vivía, cuánto dinero ganaba, dónde iban a estudiar sus hijos, *etc.* Cuando huimos de Cuba después de la Revolución, mi padre tomó la determinación de reconstruir y alcanzar de nuevo el nivel de prosperidad material del que una vez había disfrutado. Durante los siguientes veinticinco años, trabajó día y noche, viendo muy poco a su familia, privándose de los placeres de la vida. Finalmente, poco después de cumplir los setenta años, se jubiló para llevar una vida de relativa comodidad. Poco después de jubilarse, me llamó y me dijo que aquella mañana se había despertado pensando que había desperdiciado su vida. Aquel día tomó la decisión de comenzar a vivir la vida, y no tardó en embarcarse en una odisea que lo llevaría a Europa, China y otros lugares que siempre había querido visitar. Pero, aun con todo, había perdido un cuarto de siglo.

Cuando mi hermano cumplió los cuarenta y ocho años, los médicos le descubrieron un cáncer en el cerebro de un tipo muy maligno. A pesar de las radiaciones y la quimioterapia, murió pocos meses después de haber recibido el diagnóstico, en la flor de la vida, dejando esposa y dos hermosos hijos. A los

cuarenta y cinco años, yo también me enfrenté a la pérdida de

todo lo que amaba. Mis primeros libros me habían situado en una posición en la que se me requería como conferenciante y como profesor. Cuatro días a la semana me encontraba de viaje, dando conferencias sobre medicina energética y chamanismo. Me quedaba poco tiempo para mi familia. A pesar de los valientes intentos que llevamos a cabo para salvar nuestro matrimonio, incluso con terapia y asesoramiento, mi esposa y yo nos separamos y, poco después, mi hija de seis años se cayó del caballo y hubo que operarla urgentemente del hígado. Yo estaba dirigiendo una expedición al Amazonas cuando ocurrió esto, haciéndole una visita a un renombrado hombre medicina: Don Ignacio. Aquel chamán era un gran vidente y, cuando le expliqué lo que había sucedido en los últimos seis meses de mi vida, me dijo que veía una masa oscura sobre mi corazón.

–Es el dolor que estoy sintiendo –le dije.

–No –dijo él, mientras ponía suavemente su mano sobre mi pecho–. Es el infortunio de tu abuelo.

Entonces me explicó que el padre de mi padre había destruido la carrera de otro hombre, incurriendo así en su cólera. Esta «maldición» se la había transmitido a mi padre, a mi hermano y a mí.

–Puedes sanar esto combatiendo a tus adversarios en el mundo durante el resto de tu vida –me dijo Don Ignacio–, o bien puedes sanar tu corazón, y el mundo exterior cambiará en consecuencia.

Aquella noche, Don Ignacio me ayudó a sanar mi corazón.

Eliminó la niebla oscura que había sobre mi chakra del corazón y la huella generacional que había grabada en mi campo de energía luminosa. Volví apresuradamente a Estados Unidos a la mañana siguiente. Mi hija salió de la unidad de cuidados intensivos pediátricos a los pocos días, y se recuperó por completo. Era demasiado tarde para salvar mi matrimonio, pero la relación con mis hijos ha seguido creciendo y prosperando. En la actualidad, mantenemos una gran amistad. Ellos me han enseñado cómo ser un buen padre. Desde entonces, soy consciente del modo en que una huella se puede transmitir de una generación a otra. Cuando sanamos estas huellas en nuestro interior, también las sanamos para nuestros progenitores y para nuestros hijos. Creo que he liberado a mi hijo de pasar por una importante crisis en su vida cuando cumpla los cuarenta y seis, al sanar varias generaciones de su linaje masculino. ¿Que cómo puedo estar seguro? Yo sé que conseguí mantener intacta mi familia, aun cuando mi matrimonio terminó. A diferencia 74

de mi padre, no me llevó veinte años recuperarme.

REIMPRESIÓN DE HUELLAS

> Para nosotros, físicos convencidos, la distinción entre pasado, presente y futuro no es más que una obstinada y persistente ilusión.

ALBERT EINSTEIN

Lo que busca el chamán es extraer la energía emocional tóxica que hay en torno a una huella y, luego, borrar la huella en sí. Los primeros pasos de la formación de un chamán o una chamana consisten en una profunda limpieza o «fricción» de su campo de energía luminosa. El hombre o la mujer medicina deja de identificarse con su historia personal. Así, la mujer medicina navajo puede llegar a decir: «Las montañas soy yo, los ríos soy yo». Los chamanes pueden haber sufrido pérdidas, hambre, dolor y malos tratos; pero saben que, por encima de todo, son viajeros en un gran viaje a través del infinito.

Éste es el objetivo de la sanación a través del proceso de iluminación. No me preocupa demasiado el trabajo con las historias de mi cliente, que es lo que hace el psicoterapeuta. Lo que intento es ayudar a mis clientes a que se den cuenta de que ellos no son sus historias, no son actores en un guión escrito por su madre o su padre, o por la cultura o la época en las que les ha tocado vivir, sino que son quienes cuentan las historias. Para ello, tengo que acceder a la huella subyacente en el campo de energía luminosa. Es muy difícil acceder a estas huellas directamente. Sería semejante a intentar ver una película sacando la cinta de vídeo de su carcasa. Sólo podemos acceder a la película a través del interfaz, en este caso, el aparato de vídeo y la pantalla del televisor.

El interfaz entre nuestro mundo material y el campo de energía luminosa lo constituyen los chakras. En cierto modo, estos vórtices de energía giratorios son algo así como sentarse encima del signo de igualdad de la ecuación de Einstein $E=mc^2$. Los chakras emplean la energía para organizar la materia física del cuerpo, generando enfermedades o salud, y conformando el mundo que nos rodea. A través 75

de los chakras, podemos cruzar desde el mundo de la materia hasta esfera de la energía.

SEGUNDA PARTE

EL MUNDO
LUMINOSO



Las escuelas de misterios del pasado enseñaban los secretos de nuestra naturaleza trascendente. Estas escuelas las fundaron los visionarios del creciente fértil, entre los ríos Tigris y Éufrates, y los chamanes de China y el Tíbet. Sus enseñanzas perduran hoy en día. Muchas personas han estudiado la Cábala, el I Ching, el tantra y el budismo tibetano. Por otra parte, los maestros de reiki y otros sanadores de medicinas energéticas enseñan también excelentes técnicas de sanación. Tenemos a nuestra disposición multitud de prácticas espirituales, entre las que se encuentran el yoga y la meditación, que pueden sernas de gran utilidad en nuestro sendero.

Escuelas de misterios similares existieron también en las Américas, entre los mayas, los hopis, los incas y otros grupos nativos. En ellas, se hablaba de nueve puertas o pasos que la persona debía atravesar en el curso de su formación como sabio. Cada una de estas puertas se corresponde con uno de los chakras. Los chamanes incas con los que estudié hablaban de nueve chakras. Cada uno de estos centros representaba una puerta por la que tenía que pasar el sabio en su autorrealización.

Siete de estos centros se encuentran en el cuerpo. Los otros dos se hallan en el campo de energía luminosa. En estos dos chakras, el chamán entra en una realidad transpersonal.

Los siguientes capítulos describen la anatomía del campo de energía luminosa desde la perspectiva de un chamán. En ellos hay ejercicios para despertar nuestra capacidad de ver el mundo invisible de la energía. Yo denomino a estas prácticas de visión la segunda conciencia, a fin de diferenciarlas de la conciencia ordinaria de la vida cotidiana.

Son métodos prácticos y poderosos para aprender a percibir los espacios que hay entre las cosas y la realidad luminosa que nos rodea.

En el capítulo 6, se presenta el concepto de espacio sagrado. Mi mentor solía decirme que abriera el espacio sagrado y que me apartara de en medio, refiriéndose a la inmensa ayuda espiritual que nos ofrecen los sanadores del mundo invisible. Después de aprender estas prácticas, descubrí que yo no tenía que hacerlo todo solo. Explore las técnicas del capítulo 6 para crear espacios donde el Espíritu pueda tocar el cuerpo e infundirle sabiduría. Pero, por encima de todo, experimente con los

ejercicios de esta parte del libro. El viaje de los chamanes es un proceso de descubrimiento. A la larga, las experiencias que usted tenga en estos dominios se constituirán en su fuente más fiable de conocimientos.

4

LOS CHAKRAS

Anoche estuve siguiendo el rastro de los cekes, *los filamentos luminosos de mi segundo chakra. Nos encontrábamos en un exuberante valle cubierto de eucaliptos y de pinos. Después de cenar, salimos a lo que creí que sería un breve paseo, pero Antonio me fue introduciendo cada vez más en el bosque. La luna estaba casi llena y, cuando las nubes se apartaban, podíamos ver el sendero con bastante facilidad. Pero, cuando la luna estaba cubierta, nos veíamos sumergidos en una oscuridad casi total. Llegamos a un calvero y Antonio me pidió que me sentara sobre una roca y que conectara con un elevado pino que se encontraba a una docena de metros. Cerré los ojos y me imaginé que me acercaba al árbol.*

–No con la cabeza, niño –me dijo.

Detesto que me llame «niño», y él lo sabe. Estoy convencido de que me lo dice cuando desaprueba lo que estoy haciendo.

–Con el vientre –dijo–. Extiende un zarcillo de luz desde tu cosco *[segundo chakra] hasta el árbol.*

Cuando hice lo que me decía, sentí una conexión visceral con el pino, como sí nos estuviésemos tocando. Podía sentir la textura de la corteza, e incluso podía introducirme en el pino.

Cuando Antonio me pidió que abriera los ojos, pude ver el filamento de luz que se extendía desde mi vientre.

–Ahora, desengánchate del árbol y conecta con tu recuerdo más antiguo. Intenta remontarte en tus recuerdos a cuando eras un niño pequeño, antes de que aprendieras a caminar, y conecta el filamento con ese niño –dijo.

Debí de pasarme alrededor de una hora intentándolo. Antonio se estaba impacientando.

–Estás pensando –dijo–. Deja de pensar. Simplemente, hazlo. Y, entonces, lo logré. Pude sentir la piel del niño del mismo modo que había sentido la piel del árbol. Puede saborear lo que él saboreaba y sentir cuán grande se le antojaba el mundo. Todos mis sentidos estaban activos y casi abrumados. Ya no era el yo que sabía que estaba tocando y sintiendo, sino otro yo, más antiguo, igualmente familiar, pero más joven.

Luego, Antonio me dijo que siguiera aquella fibra luminosa, que le siguiera el rastro a aquel cordón, dejando que las imágenes y los sentimientos me inundaran. Imaginé que estaba caminando a lo largo del cordón, como si lo hiciera por un sendero, y contemplé imágenes de mi infancia y adolescencia, imágenes que no había vuelto a recordar desde hacía décadas: vi el disfraz de Halloween que mis padres me habían puesto cuando tenía cinco años, vi cuando me enamoré de mi profesora de tercer grado y el día en que nuestro perro murió.

Pero lo más extraño fue que no sólo estaba viendo las imágenes, sino que las emociones me inundaban. Vi cada uno de los momentos dolorosos y alegres de mi vida. Y, luego, Antonio me dio un golpecito en el hombro.

–La próxima vez –dijo–, vamos a conectar con quien vas a ser dentro de diez mil años.

DIARIOS

De acuerdo con las creencias de los hopis del sudoeste de Estados Unidos, «el hombre fue creado perfecto, a imagen de su Creador». En *The Book of the Hopi,* [9] Frank Waters habla de la creencia de que «el cuerpo viviente del hombre y el cuerpo viviente de la tierra se construyeron de la misma manera. A través de los dos discurría un eje, siendo el eje del hombre el espinazo, la columna vertebral, que controlaba el equilibrio de sus movimientos y sus funciones. A lo largo de este eje había varios centros vibratorios que reverberaban con el sonido primordial de la vida a través del universo». Se pueden encontrar referencias a los chakras entre los hopis, los incas y los mayas, así como en muchas otras culturas aborígenes de todo el mundo.

Las descripciones de los chakras con las que estamos más familiarizados

9. El libro de los hopis. (*N. del T*)

provienen del yoga. Las escuelas de yoga enseñan que los chakras son el patio de recreo de los deseos humanos. Cada centro energético simboliza los placeres y los dolores que nos mantienen ligados al karma. Por ejemplo, el primer chakra significa nuestro apego al mundo material, mientras que el segundo representa los placeres sexuales. El yoga un sendero de

virtud y de pureza. En el yoga, uno debe superar el atrayente arrebato de los sentidos con el fin de descubrir aquello que es trascendente. *Yoga* es una palabra sánscrita que significa «poner el yugo» y tiene connotaciones de «unir lo que se había separado». El cuerpo y el alma se reúnen; lo mundano y lo divino se hacen uno. En cambio, los chamanes de las Américas viven en un mundo en el que el Creador no está separado de la Creación, el Cielo no está separado de la Tierra, y el Espíritu y la materia se interpenetran. El chamán no cree en una división entre cuerpo y espíritu, o entre el mundo visible de la forma y el mundo invisible de la energía. No hay nada que trascender ni nada a lo que haya que poner el yugo y unirse. El chamán no se escinde de su deseo o de su iluminación. Mientras que algunas escuelas de yoga puede que digan que uno no es su cuerpo, el chamán dice que uno sí es su cuerpo, y mucho más que eso. Sabe que el mundo visible y el mundo invisible se interpenetran y se impregnan uno a otro. La razón por la que hemos aceptado de buen grado la versión oriental de los chakras es porque encaja muy bien con nuestro mito del destierro del Edén. Hemos crecido pensando que estamos separados de la naturaleza. El alma puede estar alojada en el cuerpo, pero no tiene nada que ver con él. Los filósofos occidentales llamaron a esto la escisión mente-cuerpo. (Muchas escuelas hindúes, incluidas la del tantra y la del Advaita, reconocen que no existe tal escisión mente-cuerpo, y también reconocen nuestra conexión inmanente con la naturaleza.) Estas dos amplias orientaciones teológicas han coexistido durante milenios, no siempre de forma pacífica. La primera afirma que la materia y el Espíritu estaban separados.

Aunque el Espíritu pudo haber creado la materia, no mora dentro de ella. Esta escuela de pensamiento desarrolló las religiones del Dios-cielo, los credos en los que hay un Creador celeste, masculino, separado y distante de la Creación (por ejemplo, Zeus o Yahvé). La segunda orientación afirma que toda materia es una manifestación del Espíritu y está impregnada del Espíritu. Esta escuela de pensamiento favorece las religiones de la Diosa-Tierra, las que tienen una Creadora terrestre, femenina, cuya presencia impregna toda la Creación (Por ejemplo, Hera, Inanna o Pachamama). Los chamanes provienen de 81

la segunda escuela de pensamiento. Los más consumados maestros trascienden las limitaciones de sus propias creencias y se dan cuenta de que ambas orientaciones forman parte de un todo mayor.

Los chakras representan las cualidades elementales humanas. En vez de suprimir nuestros deseos y pasiones instintivos, el chamán los perfecciona y los convierte en instrumentos delicadamente afinados. Creo que el miedo es la compasión en su forma de semilla. Sana el miedo, y brotará la compasión. El yo instintivo no debe ser un enemigo. La ira, la codicia y la lujuria son recursos escondidos que se pueden transformar en amor, claridad, sabiduría y coraje. Todo en la naturaleza es sagrado, y cada chakra alberga las semillas de nuestra iluminación y de aquello en lo que nos vamos a convertir.

LA ANATOMÍA DE LOS CHAKRAS

Con independencia de dónde hayamos nacido, todos tenemos un esqueleto con el mismo número exacto de huesos. Del mismo modo, todos compartimos la misma anatomía luminosa, en la que se encuentran los chakras y los meridianos de acupuntura. Los chakras son discos giratorios de energía. La palabra *chakra* significa «rueda» en sánscrito. Los chakras giran a ocho o diez centímetros del cuerpo, y están conectados con la espina dorsal y con el sistema nervioso central. Los chakras constituyen un conducto directo hacia la red neural del ser humano. Rotan en la dirección de las manecillas del reloj, en la misma dirección en la que giran los brazos en espiral de la galaxia. Cada chakra tiene una frecuencia única, que percibimos como uno de los siete colores del arco iris. Los chakras de un niño recién nacido ofrecen los colores más puros, desde el rojo del primer chakra hasta el violeta del séptimo. A medida que nos hacemos mayores, los colores de los chakras se van apagando. Los traumas y las pérdidas que sufrimos en la vida dejan atrás sus residuos tóxicos. Los residuos que se adhieren al chakra le impiden vibrar en su frecuencia más pura, acelerando así el envejecimiento físico. Cuando un chamán termina su proceso de sanación, sus chakras se limpian y se purifican, giran libremente y vibran de nuevo con su pureza original.

Los chamanes del Amazonas creen que, cuando limpias todos tus chakras, adquieres un «cuerpo arco-iris». Cada centro vibra según su frecuencia natural, y uno irradia los siete colores del arco iris. Según la 82

leyenda, cuando uno adquiere el cuerpo arco iris es cuando

puede hacer el viaje más allá de la muerte, hasta el mundo del Espíritu. Uno es capaz de ayudar a los demás en su sanación, y puede morir conscientemente, que ya conoce el camino de regreso a casa. Los chamanes de la selva creen que la muerte es un gran depredador que nos acecha a todos. Dicen que muchas enfermedades las causa la muerte, que se encona con nosotros. Estas personas medicina creen que la muerte (o la falta de vida, que es como yo prefiero contemplarla) nos reclama poco a poco, hasta que llega un día en que nos damos cuenta de que estamos más muertos que vivos. He visto esto en muchas personas, y creo que este trastorno va en aumento en Norteamérica hoy en día. Pero si tus chakras están limpios, ya no puede acecharte la muerte. Es la vida la que te reclama, y de ahí que la muerte ya no pueda reclamarte. La bandera de la nación inca es el arco iris, que tiene un lugar muy especial en su mitología, y puede verse ondear sobre los tejados de Cuzco aún hoy en día.

Aunque los practicantes de yoga reconocen siete chakras, Don Antonio me enseñó que tenemos nueve. Siete de ellos se encuentran dentro del cuerpo físico, mientras que otros dos se encuentran fuera del cuerpo. Él llamaba al octavo chakra *wiracocha,* que es el nombre del Creador o Gran Espíritu (esta palabra significa «fuente sagrada»), El octavo chakra reside dentro del campo de energía luminosa. Se cierne por encima de la cabeza, como un sol giratorio. Es nuestra conexión con el Gran Espíritu, el lugar donde Dios mora en nosotros. Los *civilizados* [10] –los blancos, al igual que los indios que se han visto expuestos a las creencias occidentales– tienen un sol apagado y ennegrecido como octavo chakra. «Esto es porque a los *civilizados* los echaron

del Jardín de un puntapié», me dijo en cierta ocasión una mujer medicina. Curiosamente, la palabra española *indios* significa «uno con Dios». En el caso de los indios que no se suscriben a la mitología occidental, el octavo chakra brilla como un disco dorado. Podemos ver este chakra ilustrado en la luz que envolvía a Cristo y en el fuego que descendió sobre los apóstoles en Pentecostés, cuando recibieron el don del Espíritu Santo. Cuando morimos, el octavo chakra se expande en un globo luminoso y envuelve a los otros siete chakras en una vasija de luz. Tras un período de armonización y purificación, el octavo chakra elabora otro cuerpo, como lo ha hecho 10. En español en el original (*N. del T.)*

una y otra vez durante muchas vidas; nos lleva hasta nuestros padres biológicos y hasta la mejor de las vidas (¡no la más fácil!) para adquirir las experiencias que necesitamos en nuestro crecimiento espiritual. Los recuerdos traumáticos, cargados, de nuestra encarnación previa se infunden en nuestro próximo cuerpo como huellas en nuestro campo de energía luminosa.

El origen del octavo chakra es el noveno chakra, el Espíritu. El novena chakra reside fuera del campo de energía luminosa y se extiende por todo el cosmos. Es el corazón del universo, en unidad con el Gran Espíritu. Mi mentor creía que el octavo chakra estaba allí donde Dios mora dentro de nosotros, y que el noveno chakra era aquella parte de nosotros que mora dentro del Creador.

El octavo chakra se corresponde con el concepto cristiano del alma que es personal y finita. El noveno chakra se corresponde con el Espíritu, que es impersonal e infinito. El alma ha sido siempre objeto de la religión, que se preocupa por su salvación. Dado que el alma es persona, da la impresión de ser autónoma. Suponemos que o bien somos uno con el Espíritu, o bien estamos desconectados de él. El noveno chakra uno con toda la Creación, infinito y eterno, a diferencia del alma finita y personal. Me referiré a este centro como el octavo chakra, dado que la palabra *alma* tiene muchas connotaciones diferentes para nosotros, desde un tipo de música, [11] pasando por un tipo de comida, [12] hasta ese tan debatido elemento del yo. El octavo chakra se manifiesta en el tiempo. Los egipcios lo llamaban el *Ka.* El noveno chakra está presente en el ahora intemporal, un punto sin tiempo que no está encadenado a la historia. Es inmanente y trascendente, no puede morir y nunca ha nacido. Los egipcios se referían a él como el *Khu.*

Los chakras metabolizan las energías vitales de la naturaleza. Toda nuestra energía procede de cinco fuentes: (1) plantas y animales, (2) agua, (3) aire, (4) luz solar y (5) energía biomagnética (conocida como *chi* en Oriente y *causay* por los incas). Estos nutrientes van desde los alimentos más materiales, como los animales y las plantas, hasta la luz y la energía más efímeras y puras. Absorbemos los alimentos vegetales y animales, así como el agua, a través del tracto digestivo; el 11.

«Alma», en inglés, es *soul*. El autor se refiere a la música soul. *(N. del T.)*

12. Se refiere el autor a la gastronomía tradicional negra de Estados

Unidos, que tuvo su origen en los ambientes rurales del sur. *(N. del T.)*

oxígeno, a través de los pulmones; la luz solar, a través de la piel; y el *causay* a través de los chakras. Las energías luminosas circulan a través de los chakras del mismo modo que el agua y los alimentos, las energías físicas, discurren por nuestro cuerpo. Si el tracto digestivo está obstruido, no podemos absorber los nutrientes de los alimentos. De igual modo, si los chakras están bloqueados, no podemos ingerir el *causay* almacenado en el campo de energía luminosa.

Los chakras extienden filamentos luminosos que pueden ir más allá del cuerpo, conectándonos con los árboles, los ríos, los bosques y otras personas. Los chakras están unidos al cuerpo durante sólo un tiempo breve. Con la muerte, se retiran del cuerpo físico y se reúnen con el octavo chakra, y nuestro viaje continúa en el mundo invisible.

LOS CHAKRAS TERRESTES

Los cinco chakras inferiores, desde el chakra raíz hasta el de la garganta, se nutren principalmente a través de la Tierra. Imagine un árbol cuyas raíces se introdujeran profundamente en el suelo. Los nutrientes que extra de la Tierra son transportados por el tronco hasta las ramas más altas. La luz del sol que absorbe a través de las hojas se convierte en energía que, a su vez, se transfiere hasta las raíces. Los cuatro chakras superiores se alimentan principalmente con las energías del Sol, nuestra estrella. Las religiones del Dios-cielo hacen hincapié en el desarrollo de los chakras superiores, pero desatienden los inferiores. Las civilizaciones del Dios-cielo han perfeccionado la tecnología, la razón y la lógica. Las religiones de la Diosa-Tierra hacen hincapié en los chakras inferiores, pero descuidan los superiores. Estas civilizaciones se quedaron en culturas agrarias, interesándose poco en el progreso al estilo occidental, mientras lograban grandes avances en astronomía, filosofía y arquitectura (los chinos descubrieron la pólvora, pero la utilizaban sólo para los fuegos artificiales; fueron los europeos los que comenzaron a utilizarla para la guerra). Creo que, en la actualidad, debemos desarrollar tanto los dones de los chakras terrestres como los de los chakras celestes.

Al igual que los órganos del cuerpo, cada chakra realiza una función singular. El primer y el segundo chakras digieren las energías emocionales, agitándolas para extraer nutrientes. Pueden metabolizar las energías de un trauma físico y emocional y

convertirlas en fuentes de energía y de 85

luz. Del mismo modo que el sistema digestivo extrae nutrientes a partir de los alimentos y devuelve la fibra no digerida a la Tierra, los chakra inferiores devuelven a la Tierra las energías pesadas que no pueden metabolizar en combustible. Cuando el primer chakra se desconecta de Tierra, los centros inferiores se ven incapaces de expeler los desechos emocionales. No hay canal de salida. Estos desechos se convierten en residuos tóxicos que se adhieren a las paredes de un chakra y ralentizan su giro. Cuando los residuos se acumulan en el segundo chakra (donde se encuentra la respuesta de huida o pelea, interpretamos el mundo como algo hostil y agresivo. Los chakras del plexo solar, del corazón y de la garganta (el tercero, el cuarto y el quinto) se nutren con las energías más finas del amor, la compasión y la empatía. No están diseñados para digerir emociones de ningún tipo. (Nos metemos en problemas cuando intentamos digerir emociones y sentimientos pesados con el chakra de corazón.) Los chakras celestes se alimentan con la energía espiritual más sutil.

Durante mi propio entrenamiento como chamán, recibí un rito conocido como «las bandas de poder», en cuyo transcurso mi mentor tejió unas bandas invisibles en torno a mi cuerpo. Yo me aseguro de que mis alumnos de la Healingthe Light Body School [13] reciban el mismo rito, por cuanto proporciona una protección espiritual sumamente importante para el sanador. Se instalan cinco bandas en distintos niveles del cuerpo. La primera banda es negra, y representa la Tierra fértil y oscura; se teje sobre el primer chakra. La segunda banda es roja, y representa el agua,

la sangre de la Tierra; se teje sobre el segundo y el tercer chakras. La siguiente banda es dorada, y representa el fuego; se teje sobre el corazón. La cuarta banda es plateada, y representa el viento; se teje sobre la garganta. La última banda es de luz blanca pura, y representa el *causay;* se teje sobre el chakra del tercer ojo. Las bandas constituyen un vínculo con los cinco elementos, y nutren a los chakras de Tierra, aire, fuego, agua y *causay* directamente.

13. Escuela de Sanación del Cuerpo de Luz. *(N. del T.)*

EL PRIMER CHAKRA

ELEMENTO: Tierra.

COLOR: Rojo.

ASPECTOS CORPORALES: Fundamento físico; eliminación de desechos; recto, piernas, pies; testosterona y estrógenos.

INSTINTO: Supervivencia, procreación.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Alimentación, refugio, seguridad, capacidad para autoproveerse.

GLÁNDULAS: Ovarios y testículos.

SEMILLAS: Kundalini, abundancia.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Acaparar, comportamiento depredatorio, violencia sin sentido, fatiga crónica, trauma de nacimiento, temas de abandono.

El primer chakra está situado en la base de la espina dorsal, entre el ano y los genitales. Es la puerta hacia lo femenino, que extiende filamentos luminosos a través de las piernas para entrar en la biosfera. Como la raíz principal de un árbol, que busca los lugares más húmedos y ricos de la Madre Tierra, el primer chakra proporciona los nutrientes esenciales. Nos arraiga y es el fundamento sobre el que descansa nuestro sistema de energía luminosa. Cuando nos desconectamos de la Tierra, obtenemos nuestro sustento vital en zonas más superficiales y, como con

secuencia de ello, nos convertimos en algo parecido a un árbol cuyas raíces, poco profundas y ramificadas, son incapaces de mantener en pie el tronco durante un vendaval. Perdemos la estabilidad, el fundamento y la seguridad.

Cuando el primer chakra está desconectado de la femenina Tierra, podemos sentirnos como huérfanos y sin madre. El principio masculino predomina, y buscamos la seguridad a través de las cosas materiales. La individualidad se impone en la relación, y el egoísmo se impone triunfante ante sobre la responsabilidad familiar, social y global. Cuanto más nos separamos de la Tierra, más hostiles nos volvemos con lo femeni no. Renegamos de nuestras pasiones, de nuestra creatividad y de nuestra sexualidad. Con el tiempo, la propia Tierra se convierte en un lugar amenazador. Recuerdo que una mujer medicina del

Amazonas me dijo en cierta ocasión: «¿Sabes por qué están talando la selva? Porque es húmeda, oscura, enmarañada y femenina».

Los impulsos del primer chakra son primarios e instintivos. Buscamos refugio y alimentos. Nos esforzarnos por sobrevivir incluso en las situaciones más adversas. Procreamos. Estos impulsos son instintos fundamentales. Del mismo modo que podernos aguantar la respiración pero no podernos ordenarle a nuestro cuerpo que deje de respirar, tampoco podemos imponernos a nuestros instintos de supervivencia.

Los cuatro impulsos instintivos (miedo, alimentación, lucha y sexo) se reflejan en el orden del día de los dos chakras inferiores.

Son los programas básicos que se requieren para la supervivencia física y emocional. La compulsión de comer en exceso o de acumular dinero o juguetes es una de las expresiones negativas del instinto de alimentación. Nunca tenemos bastante para satisfacernos. Un primer chakra desequilibrado se manifiesta en sentimientos de escasez y carencia. Incluso aquellas personas que tienen mucho pueden vivir con el temor ante la pérdida de sus posesiones. Irónicamente, los pobres suelen ser más generosos que los ricos. Con un primer chakra limpio, la mentalidad de escasez desaparece. Terminamos por darnos cuenta de que no carecemos de nada y de que vivimos en la abundancia. La comprensión intelectual no es suficiente. Tenemos que saber con cada una de las células de nuestro cuerpo que el Universo cuida de nosotros y nos sustenta. Un primer chakra colapsado nos lleva a construir vallas para proteger de nuestros vecinos lo que poseemos, mientras que un segundo chakra malsano nos lleva a amontonar piedras para defendernos de ellos.

La testosterona y los estrógenos son las hormonas relacionadas con el primer chakra. Los estudios de laboratorio demuestran que la testosterona provoca dos respuestas principales en el varón humano: sexo y agresión. Si se les ponen a las mujeres inyecciones de testosterona, éstas se quejan de que no pueden dejar de pensar en el sexo. Un desequilibrio en el primer chakra puede exacerbar los efectos de la testosterona, haciendo que el hombre confunda los dos impulsos instintivos de esta hormona. Cuando esto ocurre, el hombre comienza a hacerle daño a la mujer que ama y, con el tiempo, destroza la intimidad en su relación 88

amorosa. Lleva también al abuso sexual, que es un problema muy difundido, no sólo en Norteamérica, sino también en el resto del mundo, particularmente en los países que están haciendo la transición de una sociedad rural una sociedad urbana. Suráfrica, que está atravesando esta fase, es uno de los países con las mayores tasas de violación en el mundo. Cuando trabajo con una mujer que ha sufrido abusos sexuales en una época temprana de la vida, suelo encontrarme con que su primer chakra está cerrado, en muchas ocasiones por el miedo subconsciente de poder dañar a los demás, del mismo modo que ella fue dañada por su padre o por otro varón de la familia.

Los estrógenos, que se producen en los ovarios, son esenciales para mantener el contenido mineral de los huesos. La producción de estrógenos disminuye de modo espectacular con la menopausia, lo cual puede hacer a la mujer vulnerable a la osteoporosis. En las sociedades no industrializadas, las mujeres no parecen tener una incidencia tan alta osteoporosis como la que encontramos en Estados Unidos. Algunos investigadores arguyen que esto se debe a que la mujer de los países en vías de desarrollo no vive tanto tiempo como la del primer mundo y, por tanto, no llega a padecer una pérdida de mineral óseo significativa. Pero estoy convencido de que otra razón es que las mujeres de las sociedades no industrializadas mantienen una conexión activa con la femenina Tierra a lo largo de toda su vida. El primer chakra induce en las mujeres unos poderosos sentimientos de crianza, así como unos intensos deseos de relación y emparejamiento. Los desequilibrios en este chakra pueden dar como resultado en la mujer una abrumadora

preocupación por la seguridad en su relación, aún a costa de su autonomía.

Las culturas tribales llevan a cabo ritos de paso del primer chakra para celebrar la entrada del joven o la joven en la virilidad y la feminidad respectivamente. En la ceremonia, se anima al joven a liberarse de los lazos parentales que lo mantienen unido a la madre y el padre. Durante la ceremonia, el joven o la joven reivindican a la Tierra como la madre que nunca los abandonará, y a los Cielos como un padre fiel, firme y constante. Con ello, se asegura que el joven siga teniendo padres, pero ahora a través de poderes más grandes que los de sus padres biológicos, El joven puede ahora participar en las ceremonias y ofrendas al Cielo y la Tierra, manteniendo así una conexión consciente con estos progenitores cósmicos. Sin embargo, los occidentales, al carecer de estos ritos de paso en la pubertad, se encuentran en la situación de huérfanos espirituales. Pasamos por la vida con la sensación de no tener madre ni padre para, 89

posteriormente, encontrarnos con que no sabemos cómo ser unos padres fiables.

Cuando se funciona desde el primer chakra, la persona se encuentra en un estado de fusión primaria con el mundo. Se siente absorbida por los sentidos y se implica exclusivamente con el mundo materia. Cree que el mundo le debe algo y que aquellos que la rodean deberían reconocer que es especial. Se convierte en una persona egocéntrica y narcisista. No puede experimentar un amor auténtico, por cuanto no puede ponerse en el lugar del

otro; es incapaz de «caminar una milla con losmocasines de la otra persona».[14] Este centro se corresponde se corresponde con los primeros siete años de la vida. Los traumas que se puedan sufrir durante estos primeros años, incluidos los traumas prenatales y natales, se registran en este chakra, formando complejos psicológicos que atrofian un desarrollo posterior. Al igual que un niño pequeño, la persona motivada principalmente por el primer chakra estará preocupada por sus necesidades de supervivencia y de diversión. Si se la arrincona, puede ponerse violenta y lanzar golpes físicos o emocionales ante la amenaza percibida. La persona del primer chakra buscará gratificaciones sexuales temporales a cualquier precio, y con frecuencia no sabrá decir dónde termina su cuerpo y dónde comienza el mundo, de manera que los demás se convierten en extensiones de sí misma y dejan de tener importancia a sus ojos. Cuando veo a un cliente que ha padecido de malos tratos o que fue abandonado por uno o ambos padres en su primera infancia, busco de inmediato hasta qué punto puede estar implicado el primer chakra. A lo largo de toda la historia, los dictadores que han buscado el dominio sobre naciones enteras se han visto empujados por el impulso negativo del primer chakra.

El primer chakra también tiene notables atributos positivos. Sus instintos de supervivencia aseguran la continuidad de la especie: nos impulsan a emparejarnos y a tener hijos, y hacen que los seres humanos perseveremos bajo las condiciones más adversas. En sánscrito, el primer chakra recibe el nombre de *muladhara,* que significa «fundamento». Nuestro hogar energético debe construirse sobre una fuerte base. En yoga, se considera que

este chakra es el hogar de la energía kundalini. Su símbolo es una serpiente enroscada, dormida en la base de la espina dorsal.

14. El autor hace referencia aquí a un proverbio nativo americano que dice: «No juzgues a nadie hasta haber caminado una milla con sus mocasines». *(N. del T.)* 90

Se ve a kundalini como el poder activo de la gran diosa Shakti, la fuerza que anima a roda la Creación. Para el chamán, se trata de la serpiente primordial que se muerde su propia cola, el ouroboros, y representa un estado inconsciente de autoabsorción. Para los pueblos del Amazonas, este poder viene representado por la *sachamama,* la anaconda. En Norteamérica, está ilustrada en la serpiente de cascabel. Cuando limpiamos las huellas que hay dentro del primer chakra, se despierta la energía kundalini. La serpiente primordial se desenrosca, y su energía femenina asciende a través de los chakras. Los chamanes de las Américas, de la India y del Tíbet creen desde hace mucho que es a través de la fuerza primordial femenina como todas las criaturas se mueven, viven, procrean y florecen. No es de sorprender, por tanto, que sea la serpiente la que nos ofrece el fruto del árbol del conocimiento en el Génesis. Su energía, que yace dormida dentro de cada uno de nosotros, es la energía de la Tierra y el latido de nuestra madre, el planeta.

EL SEGUNDO CHAKRA

ELEMENTO: Agua.

COLOR: Naranja.

ASPECTOS CORPORALES: Digestión, intestinos, riñones, tracto urinario, potencia sexual, adrenalina, dolor en la parte inferior de la espalda, dolores menstruales, pérdida del apetito.

INSTINTO: Sexualidad.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Poder, dinero, sexo, control, miedo, lucha, pasión, autoestima, abusos sexuales o emocionales, asuntos heredados de los progenitores, incesto.

GLÁNDULAS: Suprarrenales.

SEMILLAS: Creatividad, compasión, familia.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Miedo, lucha.

El segundo chakra está situado a unos cuatro dedos por debajo del ombligo, y está relacionado con los riñones y con el elemento agua. El segundo chakra activa las

glándulas suprarrenales, las glándulas del estrés en el organismo.

El córtex suprarrenal, o parte externa de la glándula, elabora más de un centenar de esteroides diferentes, incluidas las hormonas sexuales. La médula, o sección interna, elabora la adrenalina, que ordena al hígado que libere azúcar en la sangre, poniéndonos en estado de alerta. La adrenalina es la hormona que media en la respuesta de lucha o huida. Anteriormente, mencioné que el primer chakra construye vallas de protección, mientras que el segundo amontona piedras para defenderse. El problema es que cada vez necesitamos piedras más grandes para conseguir el objetivo. El otro bando siempre parece tener una pila de piedras más grande que la nuestra, con lo que se incrementa la percepción de amenaza. La guerra fría fue un ejemplo perfecto de activación del segundo chakra a escala global. Cuando Estados Unidos entró en la guerra fría, eran muchos los que estaban convencidos de que los rusos tenían barcos de guerra y aviones de combate más grandes que los que tenía la nación americana; cuando, en realidad, la armada rusa estaba medio oxidada y se estaba hundiendo, y sus aviones de combate no representaban ninguna amenaza. El segundo chakra es el que motiva a los pendencieros y a los cobardes. La bravuconería y la impostura están inspiradas por este chakra. Compárelo, si lo desea, con la exhibición del macho dominante de un grupo de gorilas de lomo plateado, enseñando los dientes y dándose golpes en el pecho.

El segundo chakra metaboliza los nutrientes energéticos en el campo de energía luminosa. Cualquier forma de energía es una fuente de alimento para este chakra. Procesa la energía de la Tierra que se absorbe a través del primer chakra y digiere las

energías emocionales en el sistema nervioso. Cuando este chakra funciona adecuadamente, desmenuza las emociones negativas, como la ira o el miedo, y las expele a través del primer chakra como productos de desecho. Pero cuando este chakra está desequilibrado, estas emociones negativas se enconan en nuestro interior, asentándose en las tripas y descomponiéndose lentamente. Todos conocemos personas que se ven incapaces de dejar atrás su ira y que llevan consigo el resentimiento durante semanas o, incluso, años. Estas emociones negativas se asientan en el segundo chakra y lo intoxican. Con el tiempo, las toxinas emocionales se asimilan a través del campo de energía luminosa.

El segundo chakra es la sede de la pasión, y se expresa por medio de la creatividad y la intimidad. En el primer chakra nos reproducimos. En el segundo chakra hacemos el

amor con la persona amada. El nombre sánscrito de este centro es *svadhisthana,* que significa «morada del yo». Cronológicamente, este chakra se corresponde con la fase de la vida que va de los ocho a los catorce años. El anhelo de los adolescentes por aventuras románticas se origina con el aumento súbito de actividad del segundo chakra. Este chakra es erótico y está pleno de anhelo y fantasía, dando impulso a los amoríos de alto nivel de adrenalina. Si el adolescente no desarrolla un sentido claro y positivo del yo durante la pubertad, el segundo chakra puede quedar atrofiado. Esta persona no desarrollará unos límites emocionales robustos, y será incapaz de reconocer que lo que los demás desean puede diferir mucho de sus propios deseos. Quizá se sienta atormentada en sus relaciones, así como

por esas personas, que nunca podrán satisfacer sus necesidades.

Las expresiones negativas del segundo chakra son la ira y el miedo. Los chamanes creen que el miedo es el gran enemigo. Es un astuto adversario al que no hay que dejar entrar porque, en el momento en que se lo permitas, va a agotar tus fuerzas y va a emerger victorioso. Lo que conviene es llegar a conocer tu miedo y hacerte amigo de él. Utilízalo como un mecanismo de advertencia y no como un desencadenante de respuestas de lucha o huida. Mi mentor solía decir que el miedo es la ausencia de amor. Aquello me confundía. Le conté que los chamanes del Amazonas, como parte de su disciplina, se adentraban en la jungla solos, durante la luna nueva, para hacerle frente a su miedo. La única vez que yo lo había intentado, volví aterrorizado. Me pasé toda la noche con el vello de la nuca erizado. Me daba la impresión de estar siendo acechado por todos los grandes carnívoros de la selva, así como por todos los espíritus malvados del lugar. Mi mentor sonrió, y dijo que aquél era un ejercicio bastante interesante, pero lo que realmente tenía que hacer el chamán era abrazarse a su miedo.

–Cuando comprendas que el jaguar que oyes y los fantasmas que sientes están en tu mente, podrás disiparlos –dijo–. Y, cuando te vacíes de miedos, podrás encontrarte con el gran felino en persona y sabrás que no es diferente de ti, que ambos sois expresiones de la misma fuerza vital.

Hace mucho tiempo que soy vegetariano, debido principalmente a que no deseo nada que no esté dispuesto a matar. (También he descubierto que comer carnes rojas embota

mis facultades para la visión.) Durante mi entrenamiento con los chamanes del Amazonas, se me requirió que siguiera el rastro, matara ceremonialmente y me comiera a un animal cuyo poder quisiera encarnar. El animal que mi maestra había 93

elegido para que yo le siguiera el rastro era la anaconda *(sachamama),* una magnífica criatura parda y amarilla que habitaba en los afluentes poco profundos del Amazonas. Aunque yo no seguía una norma estricta acerca de no comer carne (la comía cuando los chamanes a los que visitaba la preparaban en alguna ocasión especial), durante mucho tiempo estuve negándome a hacer el ejercicio que se me pedía. Incluso, dejé la selva y volví a Estados Unidos pensando que, si mi preparación requería arrebatarle la vida a un animal, prefería no continuar. Sin embargo, algo en mi interior me llevó de vuelta al Amazonas, y decidí llevar a cabo al menos una parte del ejercicio, la de seguir el rastro del animal. Ya vería luego si lo mataba y me lo comía o no.

Las boas pueden llegar a alcanzar un tamaño enorme, llegando incluso a medir hasta seis metros y pesar más de doscientos cincuenta kilos. Son relativamente fáciles de detectar en el agua o en tierra, pero son muy difíciles de rastrear, dado que son muy astutas y pueden permanecer sumergidas durante largos períodos de tiempo.

Entendí que la *sachamama* representaba la pasión y la sexualidad, así como la creatividad y la capacidad de verlo todo por debajo de la superficie. Llevaba siguiendo el rastro de boas durante varios días, sin conseguir acercarme lo suficiente como

para hacerles una foto, cuando, completamente frustrado, me senté a la orilla de un río. Saqué una bolsa con una mezcla de alimentos altamente energéticos y me dediqué a contemplar el silencioso discurrir de la corriente. Me pregunté por qué me resistía tanto a matar para comer. Me repelía de verdad la idea de matar a un animal tan hermoso como la boa de agua. En mi ensueño, me puse a reflexionar sobre el amor con el que el jaguar le parte el cuello al ciervo que se va a comer. No había malicia alguna asociada con este acto. Y de repente me di cuenta de que la violencia de matar a una boa de agua residía en el hecho de que yo me consideraba algo separado, algo distinto a esta gran serpiente. En la medida en que estuviéramos separados, comerme a la serpiente no habría sido otra cosa que extinguir su vida con el fin de conseguir alimento y, por tanto, sería un acto de violencia.

Tomé conciencia de que la serpiente y yo éramos manifestaciones de la misma fuerza vital. No éramos diferentes. Era la vida alimentándose de sí misma. La serpiente seguiría viviendo dentro de mí y, en ese preciso instante, ambos nos 94

convertiríamos en parte de una fuerza mucho mayor. Salí repentinamente de mi ensueño y mis ojos se dirigieron a un arbusto cercano, a la luz que se reflejaba en una escama. Era una boa de agua de más de dos metros de largo que acababa de darse un festín con un gran roedor, y estaba en un ensueño similar al mío. No podía creer lo que veían mis ojos. La serpiente estaba enrollada, digiriendo su comida, con un gran bulto de alrededor de treinta centímetros en su cuerpo. Una serpiente de

aquel tamaño come sólo una vez cada varias semanas, y tras el festín se quedan aturdidas. Mientras estuviera digiriendo su alimento, no podría moverse. Allí estaba la respuesta a mi búsqueda.

Agarré la serpiente, que se enroscó perezosamente alrededor de mis brazos y mis hombros. Volví hasta la choza de la chamana y le mostré con orgullo la serpiente enroscada. Ella se echó a reír, y siguió riéndose entres dientes durante varios minutos. Yo estaba comenzando a sentirme molesto. Le pregunté por qué tenía que comerme la boa para recibir el don de su poder. La anciana sonrió y dijo que el conocimiento no se absorbía fácilmente a través de tracto digestivo. Luego, hizo una mueca y me dijo que buscara un lugar protegido cerca del agua en donde la serpiente estuviera a resguardo de cualquier daño. Con el tiempo, descubriría que la violencia era algo que yo tenía que vencer dentro de mí, no fuera de mí mismo, dictando normas acerca de lo que podía o no comer. Finalmente aprendí las lecciones que había ido buscando al Amazonas.

Los trastornes de personalidad del segundo chakra pueden cobrarse un elevado tributo. Estas personas viven en un mundo donde la lluvia cae porque el cielo desea, personalmente, que se mojen. En ocasiones, creen que todo el mundo está conspirando en su contra. Admitiendo que, a veces, la lluvia cae para nosotros, no hay que olvidar que también llueve para los árboles, las plantas, los animales y las piedras, así como por el propio bien de la lluvia. Estas personas suelen mostrar una actitud reivindicativa, algo así como «yo tengo derecho a todo»; pero,

cuando se sana el segundo chakra, descubren que el mundo no les debe nada. Al contrario, sienten que tienen una deuda con la vida. Bajo la dirección del segundo chakra, el centro del amor erótico, exploramos nuestras pasiones y descubrimos las relaciones íntimas. Las disfunciones de este chakra pueden llevarlo a uno a confundir el sexo con el amor. La gran tarea del segundo chakra consiste en transformar el sexo en amor, la aventura sexual en intimidad. No es una tarea fácil, dado que los impulsos negativos de este chakra llevan a la necesidad de controlar a los demás mediante el dinero, el poder y el sexo. El segundo chakra pasa

justo a través del útero, donde germina la vida. Este centro germina las semillas de la pasión y de la creatividad, que florecerán en nuestros chakras superiores.

EL TERCER CHAKRA

ELEMENTO: Fuego.

COLOR: Amarillo.

ASPECTOS CORPORALES: Estómago, abdomen, hígado, páncreas, almacenamiento y liberación de energía, bazo.

INSTINTO: Poder, fuerza.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Coraje, poder, expresión en el mundo.

GLÁNDULAS: Páncreas.

SEMILLAS: Autonomía, individuación, servicio altruista, realización de sueños, longevidad.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Trastornos gastrointestinales, anorexia, pesar, orgullo, inflación del ego, síntomas neuróticos, baja energía, mentalidad victimista, accesos de cólera, vergüenza.

El tercer chakra está situado en el plexo solar, y está relacionado con el páncreas. Este chakra es el banquero energético del organismo, y la glucosa es su moneda. (El páncreas elabora insulina, que extrae la glucosa de la corriente sanguínea y la lleva a las células, donde se utiliza como combustible.) Cuando el tercer chakra funciona del modo adecuado, el cuerpo tiene energía en abundancia para rodas sus actividades; y, dado que el cerebro es el mayor consumidor de combustible del organismo,

un tercer chakra equilibrado es esencial para mantener un pensamiento claro. También influye en el hígado, que es el almacén de combustible del organismo. Las personas que sufren trastornos en el tercer chakra suelen padecer de un bajo nivel de energía. Los alimentos que ingieren se eliminan antes de que sus nutrientes lleguen a la corriente sanguínea. Pueden aparecer problemas de sustento tanto en el nivel psicológico como en el nivel espiritual. Cuando el tercer chakra no funciona bien, la persona fracasará en sus empresas. Aunque tenga a mano todos los recursos para el éxito, no tendrá la resistencia necesaria para llegar a la línea de meta.

El tercer chakra es la central energética del sistema de energía luminosa. Su fuerza se puede utilizar de forma constructiva, manifestando nuestras aspiraciones en el mundo, o se puede utilizar de forma destructiva, reprimiendo nuestra naturaleza primaria o libido, que se manifestará en síntomas neuróticos como la vergüenza o la culpabilidad. Este chakra se corresponde cronológicamente con la época de la vida que va de los catorce a los veintiún años, los años que preceden a la edad adulta.

La fuerza femenina del primer chakra y la energía primordial sexual del segundo chakra se transforman en un fino combustible que el tercer chakra emplea para la realización de sus sueños. Este chakra reaprovisiona las reservas del campo de energía luminosa. Cuando despertamos el poder de este chakra, experimentamos una intrepidez y una resolución tal que ninguna

adversidad es capaz de disuadirnos.

Los obstáculos en nuestro sendero se desmoronan. Pero tiene el peligro de que dé como resultado un engrandecimiento del ego. Empezamos a pensar que somos los únicos autores de nuestro destino, y que podemos someter el mundo a nuestra voluntad. Nos sentimos capaces de crear o destruir el mundo, y nos volvemos dictatoriales y manipuladores, y luchamos por el poder y la fama personal, sea cual sea su precio. Las personas seducidas por el poder del tercer chakra intentan controlar a los demás por medio de la intimidación. Cuando este chakra se limpia, la familia y las relaciones interpersonales se estabilizan. Nos convertimos en comunicadores efectivos y descubrimos el poder de la palabra hablada y escrita. Este centro nos hace auténticos según nuestra verdadera naturaleza. Se nos hace evidente nuestro propósito en la vida, y podemos armonizarnos con él.

Existen historias de guerreros incas cuyo tercer chakra brillaba como un disco dorado. Las leyendas dicen que no había manera de matarlos. Los conquistadores les disparaban con sus mosquetes, pero las balas nunca daban en su objetivo. Existen leyendas similares entre los indios de las praderas de Norteamérica, leyendas de bravos guerreros a los que la caballería disparaba, pero sin acertar nunca. La tradición popular inca nos dice que, cuando uno de estos guerreros luminosos mataba a un adversario, honraba al muerto derramando unas cuantas gotas de su propia sangre en la tierra. Era consciente de que, en otras circunstancias, podrían haber estado juntos

alrededor de una hoguera, contándose historias. Estos 97

hombres y mujeres pensaban que uno ya estaba muerto si iba a la batalla enfurecido o con temor.

Cuando me encontraba escribiendo *Los cuatro vientos,* [15] me fui a Río de Janeiro con el amigo con quien escribí el libro para trabajar juntos en nuestra obra durante un par de semanas. Yo volvía por entonces de una expedición al Amazonas, y mi amigo me había ofrecido su apartamento en la playa en Río. La última noche, tras la cena de despedida, estábamos dando un paseo por la playa hasta nuestro apartamento cuando nos abordaron seis hombres. Mientras forcejeábamos con los atracadores, el tiempo pareció ralentizarse y, de pronto, comprendí las enseñanzas de los guerreros luminosos. Dejé de pelear y grité: «¡Alto!». Mi alarido pareció atravesar la noche, y todos se detuvieron. Me volví hacia el cabecilla y le ofrecí mi reloj, diciéndole que tendría que cambiarle las pilas cada dos años. Después, le di mi cartera. Me volví a otro y le pregunté qué número de calzado usaba. Respondió que un 44, y le dije que era mi mismo número, y que se probara mis zapatos. Le iban bien, y una sonrisa se dibujó en su rostro. Eric, con quien había escrito el libro, no podía creer lo que estaba pasando, y se puso a forcejear de nuevo. Inmediatamente, tres de los hombres lo derribaron en la arena. Me acerqué a Eric y le dije que aquellos hombres eran pobres, que necesitaban nuestros relojes, nuestras carteras, zapatos y cinturones. Al final del intercambio, el cabecilla me estrechó la mano y, luego, cada uno de los ladrones nos dio las gracias. Los saludé con la mano y les deseé lo mejor.

Cuando nos despedíamos, le pregunté al líder si tenía automóvil. Respondió que no, por lo que le aclaré que probablemente no iba a necesitar mi carné de conducir. Sonrió y dijo que evidentemente no, y me lo devolvió. Tampoco iba a poder utilizar mis tarjetas de crédito, añadió, y me las devolvió también. Después, me devolvió mi pasaporte y mis documentos de viaje. Eric estaba asombrado. Los ladrones nos estaban devolviendo nuestras pertenencias. Aunque nos estaban robando, no nos estaban violentando. Practicamos la no violencia, y de ese modo pudimos cambiar por completo el tono del encuentro. Habíamos suavizado la reacción negativa del segundo chakra y habíamos respondido desde el tercer chakra.

La función del tercer chakra consiste en traducir la visión en realidad. El nombre de este chakra en sánscrito es *manipura,* que significa «el palacio de las joyas», lo cual 15. Escrito en colaboración con Eric Jendresen y publicado en castellano por Ediciones Planeta en 1992.

hace referencia a su capacidad para transformar los sueños en tesoros vivos. El chamán comprende con ello que uno sueña el mundo y lo hace ser. Este centro es el alambique en el que nuestros sueños se transforman alquímicamente en oro. Cuando desees mejorar el mundo que te rodea, equilibra tu tercer chakra. La herramienta de este centro es la visualización (tanto si estás sentado en meditación corno si estás de pie en una playa y te están atracando). El elemento fuego que lo rige proporciona el combustible para que se manifiesten los sueños. Tenga cuidado de no hacer uso de este poder para ganancias personales, sino

para el bien común. La palabra clave de este chakra es *servicio.*

EL CUARTO CHAKRA

ELEMENTO: Aire.

COLOR: Verde.

ASPECTOS CORPORALES: Sistema circulatorio, pulmones, pecho, corazón.

INSTINTO: Amor.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Amor, esperanza, sometimiento a otro, compasión, intimidad.

GLÁNDULAS: Timo.

SEMILLAS: Amor altruista, perdón

EXPRESIÓN NEGATIVA: Engrandecimiento del ego, resentimiento, egoísmo, pena, soledad, abandono, traición.

El chakra del corazón está situado en el plexo cardíaco, en el centro del pecho, no sobre el corazón en sí. Es el eje del sistema de chakras. Del mismo modo que el vientre es el centro de gravedad del cuerpo físico, el corazón es el centro del cuerpo luminoso. La glándula timo está regulada por este chakra. El timo es el responsable de la respuesta inmune de mediación celular. Es uno de los principales agentes de la respuesta inmunológica, crucial en la elaboración de linfocitos B y T, las «células asesinas» del organismo. Las personas que tienen deprimido el sistema inmunológico responden excelentemente a la limpieza del chakra del corazón a través del proceso de iluminación.

El nombre sánscrito del chakra del corazón es *anahata,* que significa «sin ataduras», haciendo referencia a la liberación que uno experimenta de la medida material del éxito. El dinero, los automóviles, fama y la fortuna dejan de constituir la medida del logro. La libertad la alegría y una paz inagotable se convierten en los sellos distintivos de una persona que mora en el centro del corazón. Cronológicamente, el chakra del corazón está relacionado con la época de la vida que va de veintiún años a los veintiocho. Es el centro a partir del cual formamos nuestra familia y descubrimos el amor con nuestra pareja del alma y nuestros hijos.

Es a través del centro del corazón como compartimos y experimentamos el amor. Es el chakra del cuerpo menos comprendido, por cuanto la calidad del amor del chakra del corazón no tiene nada que ver con el afecto que intercambiamos con otra persona ni con el amor romántico en el que caemos cuando nos «enamoramos». El chakra del corazón rebosa en el amor de la Creación, el mismo amor que las flores sienten por la lluvia o que el jaguar siente por el antílope que será su alimento. Este tipo de amor no se centra en un objeto, ni depende de nadie más para su existencia. No tiene nada que ver con los sentimientos, y es impersonal. Los teólogos cristianos lo llaman *ágape.* Los incas lo llaman *munay.* Este tipo de amor no es un medio para llegar a un fin, no lleva al matrimonio ni a una relación. Es un fin en sí mismo.

Hace varios años, estando de viaje por los Andes, mis

acompañantes y yo nos vimos inmersos en una ventisca. Acompañábamos a una mujer india que llevaba a su hija de tres meses a una clínica que había en el valle de abajo. Nos refugiamos en una cabaña abandonada, que nos protegió de la nieve y de la intensa lluvia, pero no del viento, que seguía ululando inmisericorde por entre las grietas de las paredes de piedra. Nos acurrucamos unos junto a otros mientras María apretaba al bebé contra su pecho. Durante toda la noche, la mujer estuvo intentando darle de mamar a su bebé, abriéndose la blusa y ofreciéndole el pecho a los labios. Al llegar la mañana, la tormenta había cesado, y las colinas estaban cubiertas con un manto blanco. Cuando amaneció, todos salimos afuera para calentarnos al sol. Pero, cuando María sacó a la niña de entre los ropajes, descubrimos que había muerto durante la noche. Volvimos al pueblo, donde una mujer medicina bendijo al bebé y llevó a cabo los ritos de muerte, y luego acompañamos a la joven madre hasta las colinas e 100

intentamos consolarla mientras cavábamos una fosa en la tierra helada. Todos llorábamos, e hicimos una oración a Pachamama, la Madre Tierra, para que recibiera a su hija. Cuando terminamos, cubrimos el montículo con una pila de piedras y volvimos Dos días después, María estaba de vuelta, trabajando en los campos de su familia. Estaban roturando la tierra, preparando el suelo para la siembra. Yo aún seguía muy turbado, habiendo pasado los últimos días apenado por la muerte de la niña. Cuando María se percató de lo afectado que estaba, me abrazó y me dijo: –No esté triste. Mi hija está otra vez con su madre.

Su comentario partió por la mitad mi angustia. Me fui hasta el arroyo glacial que había junto al pueblo, me desnudé hasta quedarme en calzones y me metí en el agua. El agua helada me despojó de golpe de mi autoindulgente sentimentalismo. Luego, María me llevó a la mujer medicina que había realizado los ritos de muerte de la niña. La anciana me puso la mano en el pecho y, con una mirada dulce, me dijo que no había nada por lo que estar triste. No me lo podía creer. Estaba intentando consolarme. Después, aquella misma noche, su familia me dio las gracias por haberle hecho compañía a María durante aquella larga y gélida noche. Aunque visiblemente tristes, todo en ellos era cordialidad y compasión. Nunca antes había visto un amor tan desinteresado como aquél. El egotismo, por altruista que pueda parecer, puede generar terribles desequilibrios en el cuarto chakra.

Para experimentar el amor desinteresado, debemos morir a quien hayamos sido en el pasado. Así, los chamanes han diseñado intrincados ejercicios para experimentar la muerte del ego y del egotismo. Sin embargo, no hace falta pasar por los complicados ritos de muerte de los chamanes de la selva para experimentar el amor del chakra del corazón. Lo único que hay que hacer es rendirse al amor, traducir el amor, desde un sentimiento a una práctica y una meditación. Tenemos que dejar de enamorarnos y convertirnos en amor. Cuando sienta latir su corazón, recuérdese que es el amor el que late.

Una de las expresiones negativas de este chakra es la infatuación del yo. Todos conocemos a alguien que afirma saber que «el amor es la respuesta», que suelta todos los clichés

manoseados acerca del amor. Estas personas están más interesadas en demostrar su «iluminación» que en practicar la caridad o el amor desinteresado. Otra expresión negativa de nuestro instinto amoroso es la 101

incapacidad para mostrar compasión por nosotros mismos. Cuando el amor por uno mismo está ausente, nos aferramos a la autocrítica y la vergüenza. Un chakra del corazón debilitado nos vuelve incapaces de comprometernos en una relación íntima. Esta persona saldrá huyendo en el momento en que se sienta vulnerable, utilizando a menudo el trabajo u otras distracciones para mantenerse a distancia de la persona amada. Un chakra del corazón equilibrado nos permite comprometernos en la intimidad del amor. Integra el principio masculino con el femenino dentro de nosotros, y dejamos de buscar nuestra «mitad perdida» en el exterior. Duro y suave, receptividad y creatividad dejan de oponerse, por cuanto estos principios se unen en una delicada armonía. El centro del corazón nos permite recobrar una ino cencia que nos vuelve juguetones e inspirados. Sabemos quiénes somos y nos aceptamos, lo cual nos proporciona alegría y paz.

EL QUINTOCHAKRA

ELEMENTO: Luz.

COLOR: Azul.

ASPECTOS CORPORALES: Garganta, boca, cuello, esófago.

INSTINTO: Expresión psíquica.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Materialización de sueños, creatividad, comunicación, fe.

GLÁNDULAS: Tiroides, paratiroides.

SEMILLAS: Poder personal, fe, voluntad.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Traición, adicciones, psicosis, trastornos del sueño, mentiras, miedo de hablar en público, chismorreo, toxicidad.

El quinto chakra está situado en el hueco de la garganta, e influye en la glándula tiroides, que regula la temperatura corporal. Al regular el ritmo del metabolismo, es decir, la velocidad a la que se quema el combustible en el organismo, la tiroides tiene un claro efecto sobre el peso del cuerpo y sobre el reaprovisionamiento de vitaminas. El nombre sánscrito de este chakra es *vishuda,* que significa «pureza». El más antiguo de los textos yóguicos, escrito por Patanjali hace mil quinientos años, habla 102

de los *siddhis* o poderes mágicos que se despiertan en aquellas

personas que han conseguido activar este luminoso centro. Entre estos poderes se encuentran la capacidad de hacerse invisible, la de ver el pasado y la de discernir los mecanismos del destino.

El quinto chakra es nuestro centro psíquico, responsable de la clarividencia, la clariaudiencia, la intuición y la capacidad para comunicarse sin palabras. Un quinto chakra que funcione mal da como resultado experiencias psíquicas indeseables, incluso puede llevar a una personalidad fronteriza, fácilmente susceptible a la psicosis y la neurosis. Sus fantasías se vierten involuntariamente en el mundo cotidiano, y la persona no puede distinguir la ensoñación de la realidad. También son habituales los trastornos del sueño, cuando este chakra está desequilibrado.

Cronológicamente, el quinto chakra se corresponde con la fase de la vida que va de los veintiocho a los treinta y cinco años, cuando comenzamos a dejar nuestra huella en el mundo. Cuando el quinto chakra está limpio, empezamos a lograr el reconocimiento en nuestros lugares de trabajo y adquirimos la maestría en la profesión elegida. Nuestra experiencia y nuestros conocimientos definen nuestro estatus en el mundo. El quinto chakra nos da la capacidad para visualizar futuros posibles y para actuar de acuerdo con esta visión. Uno imagina en quién puede llegar a convertirse y siente la libertad de las infinitas posibilidades. En este centro, se hace posible la verdadera retrospección, por cuanto tenemos a nuestra disposición por vez primera la plenitud de nuestro mundo interior. El quinto chakra nos permite mirar adentro y hacernos conscientes de nuestros procesos internos, desarrollando un vocabulario específico para

nuestra vida emocional, psicológica y espiritual. Este vocabulario espiritual crecerá en amplitud y en alcance con el sexto chakra, junto con la capacidad para buscar recursos internos en el momento en que sintamos la necesidad de cambiar el mundo exterior. Es en el quinto chakra donde comenzamos a desarrollar una perspectiva global. Ya no nos aferramos sólo a un grupo, una tribu o una cultura, sino que empezamos a identificarnos con todas las personas, independientemente de su raza o de dónde hayan nacido. En el primer chakra, derivamos nuestra identidad de nuestra madre; en el segundo, nos viene de nuestra familia; en el tercer chakra, nos rebelamos contra nuestros padres y nos identificamos con nuestro grupo de pares; en el cuarto, nos identificamos con nuestra nación o nuestra cultura (cualquiera que sea ésta). En el quinto chakra nos 103

convertimos en ciudadanos del mundo.

El quinto chakra da voz a los sentimientos del corazón. Habla con toda claridad de nuestro amor, nuestra amabilidad y nuestro perdón. En este centro se combinan los cuatro elementos (tierra, agua, fuego y aire) de los chakras inferiores en energía pura, que proporciona la matriz o el marco de nuestros sueños, del mismo modo que el panal le da forma a la colmena. El chakra de la garganta despliega esta matriz, en torno a la cual creamos nuestro mundo.

Un chakra de la garganta despierto nos pone en sincronía con la vida. Todos nos hemos despertado alguna mañana preguntándonos si no deberíamos quedarnos en la cama, cuando todo parece estar en contra. Uno va a la cocina y se percata de

que no quedan cereales; se mete el automóvil y pilla todos los semáforos en rojo en su camino hacia el trabajo. Cuando el universo se muestra adverso, cuando las cosas están fuera de toda sincronía, podemos volver a sincronizarnos con la vida limpiando el chakra de la garganta y disipando los residuos y las energías densas que lo obstruyen. El quinto chakra actúa como un extractor de humos para los centros inferiores, liberándolos de las energías volátiles que el primer chakra no es capaz de devolver a la Tierra. Una forma muy sencilla de limpiar el chakra de la garganta consiste en darle tres golpecitos suaves con las puntas de los dedos. Yo lo hago varias veces al día, en especial después de trabajar con un cliente muy «tóxico».

Una expresión negativa de este chakra es la intoxicación con el propio conocimiento, lo cual lleva a la persona a no escuchar a los demás en las conversaciones. Tener razón es más importante que el hecho de que te comprendan. El peligro del quinto chakra estriba en su tendencia a convertir los atisbos espirituales en dogmas. Esta patología del quinto chakra se ha manifestado en naciones y en iglesias, tal como puso de evidencia la Inquisición, así como la intolerancia religiosa del mundo actual.

En las personas normales, el quinto chakra hace el papel de un extractor de humos que descarga las energías quemadas por los chakras inferiores. La mayoría de las personas utilizan la voz casi exc1usivamenre para comunicar las necesidades emocionales de sus chakras inferiores. A medida que tomamos conciencia de nuestros recursos psicológicos y espirituales, este

chakra va adquiriendo fuerza. Precisamente entonces descubrimos nuestra verdadera voz.

LOS CHAKRAS CELESTES

En el sexto, séptimo, octavo y noveno chakras, el desarrollo se hace transpersonal, y nuestras exploraciones se dirigen cada vez más a los reinos sutiles. Es aquí donde nos encontramos con algún problema. La emergente espiritualidad de la Nueva Era fomenta la noción de un Dios de otro mundo que está ahí arriba, y pasa por alto la espiritualidad práctica de la femenina Tierra. Los chakras celestes tienen su soporte en los chakras de la Tierra, del mismo modo que las ramas de un árbol tienen su soporte en las raíces. Los dones de los chakras superiores son inmensamente prácticos y manifiestos en *este* mundo. No son de otro mundo. Y ésta es una verdad que ha sido reconocida por todos los grandes maestros espirituales. Cuando Cristo decía que «el reino de los Cielos está cerca», daba a entender que el Cielo y la Tierra son uno, son indivisibles.

Estamos familiarizados con los temas de los chakras terrestres gracias a la psicoterapia y al crecimiento personal. Todos hemos tenido que abordar los temas de mamá y papá, de la ira, la vergüenza, el miedo, el sexo, el deseo y el anhelo de seguridad. Pero en los chakras celestes entramos en un territorio menos familiar para nosotros. Estos chakras tienen atributos que, en muchas ocasiones, resultan difíciles de entender. En algunos casos, la distinción entre los atributos de dos chakras será sólo una cuestión de grado. Piense en el amor que un niño siente por su madre y en el amor que posteriormente sentirá por su amada. Aunque ambos entran dentro de la categoría de amor, se tratará

de experiencias muy diferentes (a pesar de que la psicología nos quiera hacer creer que las personas terminan casándose con su progenitor del sexo contrario). Lo mismo ocurre con las lecciones y los atributos espirituales de los chakras superiores.

Cuando mi mentor y yo estábamos haciendo mapas de los dominios de los chakras celestes, identificamos atributos que se correspondían con estos centros. Ir más allá de la muerte era un atributo del sexto chakra; el dominio del tiempo era un atributo del séptimo; la invisibilidad era un atributo del octavo, y la capacidad para guardar un secreto era un atributo del noveno.

EL SEXTOCHAKRA

ELEMENTO: Luz pura.

COLOR: Índigo.

ASPECTOS CORPORALES: Cerebro, ojos, sistema nervioso.

INSTINTO: Verdad.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Razón, lógica, inteligencia, empatía, depresión, trastornos relacionados con el estrés, negación o rechazo.

GLÁNDULAS: Pituitaria.

SEMILLAS: Iluminación, autorrealización.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Espejismo, neurosis, inadecuación, aprehensiones.

El sexto chakra, o tercer ojo, está situado en mitad de la frente. En las tradiciones hindúes, se cree que es el tercer ojo de Shiva, que concede el conocimiento de la verdad perfecta y la no dualidad. El nombre de este centro en sánscrito es *ajna,* o «poder ilimitado». En este chakra, alcanzamos el conocimiento de que somos inseparables de Dios, expresamos lo divino en nuestro interior y vemos lo divino en los demás. Y, cuando estamos en presencia de alguien que ha alcanzado esta realización, sentimos una calma y una paz profundas. Uno se da cuenta de que es un ser eterno que habita un cuerpo temporal. La persona que tiene el

sexto chakra despierto toma conciencia de que el yo auténtico debe despojarse de la identificación exclusiva con las experiencias corporales o mentales. Trascendemos el cuerpo y la mente, si bien les damos la bienvenida en el campo de nuestra conciencia. A medida que observamos la mente, nos introducimos en los estados de conciencia transpersonales. Seguimos con curiosidad los movimientos de la mente, pero no nos dejamos absorber por ella. La duda desaparece cuando uno va más allá de la mente, y el deseo y el anhelo dejan de ser fuerzas impulsoras. Uno se adentra en unos reinos del conocimiento que se pueden experimentar, pero no contar. Y no es que estos reinos se encuentren fuera del dominio de las palabras, sino más bien que la experiencia es todo cuanto existe. Los chamanes dicen que éste es un reino que no se puede encontrar buscándolo, pero que sólo aquellos que lo buscan lo pueden encontrar. Es como dos amantes que ya no están separados, sino unidos en un sencillo beso.

106

Cuando ya no hay quien experimente, ¿qué se puede decir de la experiencia? En el momento en que se habla de ella, se deshace en pedazos. Es como el despertar de un sueño. En el momento en que nos damos cuenta de que estamos soñando, ya no podemos recordar el ensueño.

Cuando el sexto chakra funciona mal, la persona confunde la información con el conocimiento. Siente haber alcanzado grandes verdades espirituales cuando, en realidad, lo único que tiene es un montón de datos. Los chamanes saben cómo hacer

que llueva sin ser capaces de explicar que el agua está compuesta de átomos de hidrógeno y oxigeno. El materialismo espiritual es un trastorno endémico del chakra del tercer ojo. Estas personas suelen ejercer una gran influencia y un gran poder en el mundo, pero no asumen la responsabilidad de su papel como auxiliares, como servidores. En nuestro mundo dominado por los medios de comunicación, con su culto a las celebridades, las energías del sexto pueden distorsionarse y dar como resultado la arrogancia espiritual y el autoengrandecimiento.

Como antropólogo, me he dado cuenta de que, con cada contacto que tenemos con un grupo indígena, contaminarnos la cultura que estamos estudiando. Los alimentos que llevas contigo, tu cámara de fotos y tus herramientas, e incluso tu ropa de occidental, resultan perjudiciales para ellos. Los incas con los que he estudiado, incluidos Doña Laura y Don Manuel, siguen hilando lana y se hacen su propia ropa a mano. No hacen uso de los útiles de Occidente. Sin embargo, después de presenciar la muerte de la hija de María, me salté la máxima antropológica de no interferir con la cultura que se está estudiando. Me dediqué a recoger ropa de niños entre nuestros estudiantes para llevarla a las montañas incas. Gracias a las muchas y generosas donaciones recibidas, pudimos llevar chaquetas y ropa de abrigo para todos los niños de seis pueblos del altiplano. En 1992, empezamos a enviar equipos médicos para que asistieran a las gentes de aquellos pueblos. Y, aunque tenían pocos contactos con Occidente, las enfermedades de la civilización han terminado afligiéndolos. Ofrecimos asistencia médica a más de trescientos adultos y niños todos los años, en una tienda que hacía el papel

de clínica provisional en las montañas. Pero, un año, algunas personas que habían leído algo acerca de nuestro trabajo se desplazaron hasta estos remotos pueblos en una expedición fotográfica, dejando tras de sí unas cuantas cajas de leche maternizada, que algunas mujeres empezaron a utilizar en vez de

alimentar a sus bebés de su propio pecho. Pocos meses después, una madre vino a nuestra tienda clínica para que viéramos a su bebé de cuatro meses. Hacía tres semanas que se le había acabado la leche maternizada, y se le había retirado la leche de los pechos. El niño estaba en los huesos. No llegaba a los tres kilos y medio. Le dimos todos los suplementos alimenticios de bebé que teníamos, y le sugerimos que permitiera que una de sus vecinas diera de mamar al bebé hasta que fuera capaz de comer alimentos sólidos. Aquellos bienintencionados viajeros habían dejado tras de sí unos regalos peligrosos.

Con el tiempo, me he dado cuenta de que tenemos que descubrir al chamán interior. Yo les enseño a mis alumnos que, por mucho que vayas con los indios, eso no va hacer emerger de ti tu propia sabiduría y tu fuerza. Me he dado cuenta de que, con frecuencia, lo único que se consigue es todo lo contrario: desviarnos de nuestro propio encuentro con el Espíritu. El chamán es una persona autorrealizada, que descubre los caminos del Espíritu a través de su despertar interior. Antonio me recordaba que Buda no era un budista, y que Cristo no era un cristiano. Uno se sentó bajo un baniano hasta que alcanzó la iluminación. El Otro se fue al desierto durante cuarenta días. En el sexto chakra

experimentamos nuestro propio despertar. Nos despojamos de los ponchos, de las vestiduras, de los sonajeros, de las plumas y de cualquier otra señal exterior, Un tercer ojo despierto permite al chamán saber quién es, le da el conocimiento del pasado y del futuro, y le permite visualizar destinos alternativos. Según ciertas leyendas, aquéllos que despertaron este chakra pueden lograr incluso la inmortalidad física; ya no envejecen ni sucumben a las enfermedades, sino que mantienen la vitalidad y la fuerza de la juventud. Todos sus deseos se hacen realidad. Y si varios sanadores mantienen la misma visión, la hacen realidad en el planeta. Hace mucho que las religiones nativas sustentan estas ideas. Los ancianos hopis y un consejo parecido de hombres y mujeres medicina incas se sientan a meditar para visualizar la clase de mundo que quieren que sus bisnietos hereden.

EL SÉPTIMO CHAKRA

ELEMENTO: Energía pura.

COLOR: Violeta.

ASPECTOS CORPORALES: Piel, Cerebro, ojos, equilibrio hormonal.

INSTINTO: ética universal.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Altruismo, integridad, sabiduría.

GLÁNDULAS: Pineal.

SEMILLAS: Trascendencia, Iluminación.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Psicosis, regresión, cinismo.

El chakra corona se encuentra en la cima de la cabeza y es nuestra puerta de entrada a los Cielos, del mismo modo que el primer chakra es la puerta de entrada a la Tierra. Los hilos luminosos de este centro se extienden hasta las estrellas y hasta nuestro destino. La Tierra nos protege y nos nutre con su fuerza vital, y los Cielos nos impulsan hacia nuestro devenir. Las semillas sólo pueden brotar cuando se encuentran en la rica, oscura y húmeda Tierra, pero crecen gracias a la luz del Sol. Una vez germinan, todas las plantas buscan la luz solar para vivir. De forma similar, la vida espiritual germina en el primer chakra a través de nuestro nexo con la Tierra, y luego la luz de los Cielos entra a través de la corona para alimentar a todo el sistema de chakras. El nombre de este chakra en sánscrito es *sahasrara*, que significa «vacío». Aquel que ha alcanzado los dones de este centro ya no necesita una forma física. Capaz de viajar a través del espacio y el tiempo, es uno con el Cielo y la Tierra.

La lección del séptimo chakra es el dominio del tiempo. Cuando nos liberamos del tiempo lineal, causal, nos desprendemos de la tiránica adherencia del pasado. El hoy ya

no es el resultado de un incidente anterior, y nos liberamos de la causa y del efecto. Vivimos con un pie en el mundo cotidiano y otro pie en el mundo espiritual, y nos percatamos de que comparten un terreno común. Mientras que, en el sexto chakra, el sanador obtiene el conocimiento de acontecimientos pasados y futuros, cuando despierta los dones del séptimo chakra es capaz de influir en esos acontecimientos. Puede ayudar a sanar acontecimientos acaecidos en el pasado, y puede ayudar a su cliente a seleccionar un futuro alternativo, 109

quizás uno en el que la persona esté libre de la enfermedad u otro que la lleve a una vida más plena.

En el séptimo chakra, el chamán se libera del deseo, de la esperanza o del remordimiento. En la parte alta del río Madre de Dios, cerca de la frontera entre Perú y Brasil, vive un anciano hombre medicina, un maestro en el trabajo con la ayahuasca, una poción de la selva que le permite a uno, si se le guía adecuadamente, experimentar los dominios que se encuentran más allá de la muerte. Este anciano rara vez habla ya; no le encuentra utilidad a las palabras. Durante la ceremonia, silba y canta las canciones del río y de las plantas medicinales, y uno se siente en unidad con la selva que le rodea. Tú y el río ya no estáis separados; los grillos, las cigarras y tú sois las notas que emite una única flauta. En el séptimo chakra, comprendemos que la vida es una red compleja de hilos luminosos, y que cada uno de nosotros es uno de estos hilos, pero también que somos la red entera. Me acuerdo de la primera vez que trabajé con este chamán. Hacía más de cinco años desde la última vez que había

ingerido la ayahuasca. Sabía lo que podía esperar de esta planta medicinal, puesto que la había probado muchas veces. Al menos, eso pensaba yo. Alrededor de una hora después de haber ingerido la planta, tuve una visión de mí mismo muriendo. Vi mi cuerpo ante mí, inerte, y lo observé desde la distancia. Sabía que mi identidad estaba intacta. Yo era el observador, no el cadáver. Luego, me entraron náuseas, y salí corriendo para vomitar en la selva. Todo a mi alrededor pulsaba y latía con vida: las enredaderas gigantes, las parras colgantes, los colosales árboles que proporcionan su cubierta a toda la vida arbórea. Todo estaba vivo, excepto yo. Me había convertido en un cadáver viviente, ya no era el observador. Sentí el dolor de mi vida y la pérdida de mis seres queridos. Estaba embargado de dolor y pena. Después, me convertí de nuevo en observador y me sentí libre. Durante el siguiente lapso de eternidad, estuve yendo y viniendo entre estas dos perspectivas, hasta que comprendí que eran una y la misma. En el séptimo chakra, ya no hay sujeto ni objeto. Todo es participativo. Las contradicciones aparentes se funden en una sola cosa: la vida en la muerte, la paz en el dolor, la libertad en la atadura.

La expresión negativa del séptimo chakra es la regresión espiritual enmascarada de iluminación. Si bien es cierto que, con el fin de experimentar la trascendencia, uno debe ir más allá del ego, suele ocurrir que creemos que todo estado de no ego es un estado trascendente. La idea de que si te liberas del ego lo que queda es el Espíritu está lejos de ser cierta.

Muchos estados de no ego pueden darse en diferentes niveles. Por ejemplo, la sensación del yo de un bebé no se diferencia de su entorno. En psicoterapia, la falta de límites del ego se tiene por malsana. Los egos de las personas con enfermedades mentales graves, como la esquizofrenia, están tan fragmentados que resultan patológicos. En las culturas tradicionales, el proceso de la iniciación se diseña con todo cuidado, para asegurarse de que el discípulo ha forjado un sólido sentido de sí mismo antes de intentar desmembrar el ego y alcanzar este nivel.

En nuestra cultura de gratificaciones instantáneas, es frecuente que los buscadores espirituales quieran saltarse el trabajo con los chakras inferiores. Algunos buscadores se sienten fascinados con la promesa experiencias exóticas. Otros, simplemente, son demasiado impacientes, y no son del todo conscientes de que tienen que limpiar primero lo chakras inferiores antes de comenzar con este trabajo. En ocasiones, incluso, sus maestros no han culminado este proceso, y quizá tampoco sean conscientes de su necesidad. Estas personas creen que cualquier nivel de desarrollo que hayan podido alcanzar define la iluminación, rechazando abiertamente la sugerencia de que aún les queda camino por recorrer. Este tipo de equivocaciones espirituales está actualmente a la orden del día.

Aquellas personas que llegan a dominar el séptimo chakra consiguen poderes insólitos, entre los que se encuentran la recuperación de antiguos recuerdos pertenecientes a la conciencia colectiva de la humanidad. Doña Laura solía decirme que la prueba final del chamán que intenta acceder a este nivel es

recordar la primera historia jamás narrada.

–Cuando el tiempo aún era joven, antes de la llegada de los de cuatro patas y de las plantas, la primera historia que se contó nos la contó el Pueblo de las Piedras –decía–. Ésa es la razón de que hagamos un círculo de piedras en torno al fuego.

Yo le imploraba que me contara más.

–Pregunta a las piedras –respondía.

Hasta que, un día, recordé.

Otro don del séptimo chakra es la capacidad para cambiar de forma. Estos chamanes entienden que no son diferentes de las piedras, de las plantas o de la Tierra. Laura apareció una vez en una de nuestras reuniones en la forma de una joven y hermosa india. Me sentí muy atraído por ella, y me enamoré de sus ojos y su sonrisa. Pero, durante la noche, hubo un momento en que se fue tras una roca, y la persona que 111

volvió un instante después fue Doña Laura, una de las personas más poco agraciadas que haya conocido jamás.

–¿Ya no crees que soy bonita? –me preguntó sonriendo.

Las personas que dominan los dones de este chakra saben que el río de la vida discurre más allá de la forma y de lo informe, más allá de la existencia y la no existencia. Conocen el infinito, independiente del tiempo o de la forma.

EL OCTAVO CHAKRA

ELEMENTO: Alma.

COLOR: Oro.

ASPECTOS CORPORALES: Arquitectura del cuerpo.

INSTINTO: Expresión psíquica.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Trascendencia.

GLÁNDULAS: Ninguno.

SEMILLAS: Intemporalidad.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Plantillas de la enfermedad, horror cósmico.

Don Antonio llamaba *wiracocha* al octavo chakra, que significa «fuente de lo sagrado». Quizás ésta fuera su singular manera de describir a este centro, pues no he oído a ningún otro hombre o mujer medicina llamarlo así. Este chakra se encuentra unos cuantos centímetros por encima de la cabeza, y cuando se despierta brilla como un sol radiante dentro del campo de energía luminosa. Cuando la conciencia se desplaza hasta el octavo chakra, la persona puede acceder a la memoria ancestral, y recuerda conocimientos que nunca ha experimentado directamente. Por ejemplo, puede recordar espontáneamente haber estado sentado en una pradera en torno al fuego con búfalos a su espalda, o haber estado orando en el interior de un templo de piedra en una montaña nevada. Las enseñanzas de todos los chamanes que han vivido antes se le hacen accesibles. Sus voces se convierten en su voz, y estos antiguos maestros viven dentro de él. Este centro está enlazado con los reinos

arquetípicos, las imágenes y los recuerdos originales que pertenecen al colectivo humano.

112

Los campos de información del octavo chakra actúan como una plantilla en la creación del cuerpo físico. Este chakra es como un carpintero que hace una silla (el cuerpo físico) y luego la quema en la chimenea. El carpintero no siente la pérdida, puesto que sabe que puede hacerse otra silla con madera nueva. El octavo chakra no se ve afectado por la muerte del cuerpo. Si hay alguna huella de enfermedad en este chakra, es como una imperfección del molde, que se replica en cada silla nueva.

En el octavo chakra, experimentamos una profunda unión no sólo con toda la Creación, que es algo que sucede en el séptimo chakra, sino con el Creador. El Creador es inefable, y no se puede encapsular en una imagen disponible para que la capten nuestros sentidos. Estos encuentros suelen tener un guión cultural. Un cristiano puede experimentar la unión con el Creador como una fusión con un ángel, un santo o Cristo. Un budista puede experimentarla como una comunión con el Buda, y un chamán inca como una fusión con nuestra estrella, el Sol. Nos hacemos uno con el Creador, y percibimos los rostros arquetípicos de lo divino que existen en este reino. Son las imágenes de Dios que nuestros antepasados han grabado, tallado y pintado durante centenares de miles de años.

La expresión negativa de este chakra es el horror cósmico,

que es lo que sufren aquellos que quedan cautivos entre el mundo del espíritu y el mundo de la materia. No estando vivos ni muertos, están atrapados en un reino de pesadilla del que no pueden despertar. En la dimensión espiritual, esto es el purgatorio, lo que los budistas llaman los planos del *bardo.* Las entidades desencarnadas que se aferran a las personas o a determinados lugares en la Tierra están atrapadas en estos dominios. Las personas que sufren un despertar espontáneo, aunque desequilibrado, de este centro también pueden quedar atrapados en dicho reino. Muchos se encuentran en instituciones mentales; otros sufren solos en sus casas; y otros más se introducen en extravagantes cultos seudomísticos.

El atributo del octavo chakra es la invisibilidad. En este centro, tomamos conciencia del Contemplador (conocido en el budismo como el Testigo): un yo que ha estado presente desde el comienzo de nuestro viaje espiritual. Desenganchado ahora de la mente, el Contemplador puede observar la mente con todos sus dramas sin implicarse en ellos. El contemplador es testigo de cómo se despliega nuestra vida, y se percata de que todas las historias que utilizamos para describirnos a nosotros mismos son sólo eso: historias. Todo lo que creemos saber de nosotros 113

mismos no es el verdadero yo. El Contemplador sabe que todo lo que se puede ver o sustentar no es real. El Contemplador se aferra al misterio y no a la manifestación; lo percibe todo, pero no se puede percibir, porque no se puede convertir en objeto de percepción. El Contemplador es invisible porque no puede ser contemplado.

En cierta ocasión, mientras caminaba por la orilla de un río, junto a una mujer medicina de la selva y su marido, llegamos a un calvero.

–Alberto, camina tú delante y fíjate lo que pasa.

Al dar el primer paso, entrando de nuevo en la selva, me di cuenta de que la selva estaba llena de sonidos. Los loros graznaban, los monos se gritaban entre sí y el resto de pájaros cantaba. Cuando di el tercer paso, todos los sonidos de la jungla se apagaron. La mujer medicina, que me había estado siguiendo unos cuantos pasos por detrás, se acercó a mí y me dijo: –Esto ocurre porque saben que te sacaron de un puntapié del Jardín. Ése es el motivo de que se hayan callado. Saben que te han arrojado del paraíso, que ya no hablas con Dios.

Yo estaba convencido de que aquello era absurdo. Doscientos metros atrás habíamos pasado junto a dos indios shipebo que estaban asando una boa. Volví hasta ellos y les pregunté si me podrían dar un poco de grasa de la boa, que habían puesto en una lata. Estaba seguro de que los animales habían olido el desodorante o la pasta de dientes que yo había utilizado aquella mañana. Me quité la ropa hasta quedarme en calzones y me unté el cuerpo con la grasa de la boa, pensando que olería como una serpiente deslizándose por la selva. Volví a la jungla y, al dar el primer paso, escuché la música del Amazonas aturdiendo mis oídos. Pero, al dar el tercer paso, la selva volvió a quedarse en silencio.

Muchos años más tarde, después de aprender la práctica de la invisibilidad, pude adentrarme en la selva y ser reconocido

como perteneciente al Jardín, como una persona que todavía hablaba con la naturaleza. Alcanzamos la invisibilidad al eliminar las proyecciones del «yo», y mediante la práctica de la quietud.

Con el tiempo, el Contemplador comenzará a revelar su propia fuente, que es el Espíritu, o noveno chakra.

EL OCTAVO CHAKRA

ELEMENTO: Espíritu.

COLOR: Luz blanca translúcida.

ASPECTOS CORPORALES: Ninguno.

INSTINTO: Liberación.

ASPECTOS PSICOLÓGICOS: Ninguno.

GLÁNDULAS: Ninguno.

SEMILLAS: Infinito.

EXPRESIÓN NEGATIVA: Ninguno.

El noveno chakra se encuentra en el corazón del Universo. Está fuera del tiempo y el espacio; se extiende por la vastedad del espacio y conecta con el octavo chakra a través de un cordón

luminoso. El chamán puede viajar a través de este cordón para experimentar las inmensidades de la Creación. Lo llamamos chakra a falta de un nombre mejor, pero realidad es la morada del Espíritu. Existe más allá del alma personal, que nos mantiene ligados al continuo espacio-tiempo y a la salvación, y que está relacionada con el octavo chakra. Es el espíritu de todo cuanto existe en el Universo. El Contemplador resulta ser todo cuanto es contemplado.

El noveno chakra es el Yo nunca nacido y que jamás morirá. Este Yo es anterior al tiempo, y nunca entra en el río a través del cual fluye el tiempo. Es anterior al espacio y existía ya antes de que el Universo se manifestara. Éste es el yo que nunca abandonó el Jardín del Edén.

El proceso del noveno chakra es la capacidad para guardar un secreto, incluso ante ti mismo. El secreto estriba en que, hace mucho, mucho tiempo, esa Fuerza Inmensa que conocemos como Dios decidió, desde Su lugar en el vacío no manifestado, experimentarse a Sí Mismo. Así Se manifestó, hace doce mil millones de años, como una singularidad a partir de la cual se formó toda la materia del Universo. La Fuerza Inmensa siguió explorándose a Sí Misma a través de todas las formas de vida, en el saltamontes, la ballena, los planetas y las lunas. Y, sin embargo, dado que la Fuerza Inmensa era omnipresente y omnisciente, cada 115

una de Sus manifestaciones poseía también estas cualidades. Por tanto, tiene que mantener la naturaleza de Su ser como un secreto incluso para Sí Misma, con el fin de conocerse a través de Sus

diez mil formas.

Cuando este centro se despierta, estalla una profunda y estruendosa risa que reverbera entre las montañas y retumba como un trueno por el cielo.

5

LA MANERA DE VER

DE LOS CHAMANES

Nazca es un lugar de gigantescos grabados sobre el suelo del desierto, grabados que representan colosales colibríes, arañas y líneas geométricas que se extienden hasta el horizonte. Erich von Däniken dijo que eran pistas de aterrizaje de los dioses del espacio exterior. No podía habérsele ocurrido nada más lejos de la verdad.

Los chamanes esbozaron aquí estos enormes mandalas para equilibrar el Cielo y la Tierra. Los rectángulos, los triángulos y las líneas son parte de una geometría sagrada ahora olvidada. Pero el poder de estas figuras permanece. Cada vez que entro en estas figuras, por la noche, soy capaz de ver la energía. La luna ha de ser la adecuada. Es de lo más imponente. Al principio, percibo lo que parecen huellas dactilares que se ciernen por encima de la arena, y que se convierten en figuras. Lo extraño es que todos vemos lo mismo. ¿Será una alucinación grupal?

Anoche la luna era la adecuada. Doce de nosotros trabajamos en los lindes de una gigantesca espiral que se

extiende como una serpiente enrollada en el desierto. Eduardo nos dijo que, mientras camináramos por la espiral, nos estaríamos despojando del pasado que nos atormentaba; y que, cuando saliéramos de ella, convocaríamos a aquel en el que nos fuéramos a convertir. Cuando el chamán se puso a caminar, vi una forma opaca acechándolo por detrás. Le di un golpecito en el hombro a Isabel, la discípula más antigua de Doña Laura y la mejor vidente del grupo.

–¿Qué es eso? –le pregunté.

Cuando Eduardo tomó la curva de la espiral que lo acercaba a nosotros, fue cuando pude verlo mejor. Era la bestia más espantosa

que nadie hubiera podido imaginar, en parte reptil, en parte gorila, en parte humana. Era una criatura digna de una pintura de El Bosco. Y estaba alcanzando a Eduardo, intentando asirlo con sus garras cuando, de pronto, se la tragó la Tierra. Eduardo había llegado al centro de la espiral y tenía los brazos extendidos al Cielo.

Cuando salió, le contamos lo que habíamos visto.

–Ésa era la Chiconga –dijo–. Es un animal de poder elemental que uno de mis maestros maquinó hace mucho tiempo. Era un ser antinatural que los hechiceros empleaban para hacerle daño a la gente. Cuando este maestro murió, la Chiconga se quedó sin maestros, y se vino conmigo. No la he

visto desde hace años. Estoy contento de que se haya ido.

Yo sabía que Eduardo se había formado con hechiceros en su juventud, antes de que emprendiera el camino del chamán sanador. Le había oído hablar antes de La Chiconga, pero pensaba que se trataba sólo de una historia.

Estas energías se pueden aferrar a ti durante mucho tiempo.

DIARIOS

Con los ejercicios de este capítulo, usted podrá desarrollar la capacidad para ver la energía. Aprenderá a sentir el campo de energía luminosa, a percibir los ríos de luz y leer los discos giratorios de los chakras. Cuando aprenda a ver del modo en que ve un chamán, podrá seguirle el rastro a la herida original que causó una huella en el campo de energía luminosa. También podrá rastrear las energías intrusas en el cuerpo y detectar e identificar la presencia de espíritus intrusos que puedan estar causando algún daño emocional o físico.

En mi trabajo con los clientes, percibo un acontecimiento traumático del pasado como si se estuviera representando nuevamente ante mis ojos. Con frecuencia, los hechos reales no son precisos, pero el tema y el impacto emocional sobre mi cliente son habitualmente correctos. Con Diane, percibí a una niña que se veía inmersa en un accidente de automóvil. Ella se cubrió la cabeza con las manos y cerró los ojos con fuerza; su cuerpo se puso rígido y, luego, abandonó su cuerpo físico. El espíritu pareció cernerse por encima de la niña, y me dijo que no tenía ningún interés en volver, que no se encontraba segura aquí. Cuando le narré lo que había visto, Diane no pudo recordar ningún accidente; tuvo que 118

preguntárselo a su madre, que posteriormente confirmaría que

había tenido un accidente siendo niña y que nadie había salido herido. Sin embargo, desde entonces, Diane había vivido mitad dentro y mitad fuera de su cuerpo, sin sentirse nunca cómoda consigo misma, sin sentirse nunca del todo a salvo. Su campo de energía luminosa conservaba intacta esta información.

Los mayas, los hindúes, los budistas, los aborígenes, los incas y los primitivos cristianos representaban el campo de energía humano utilizando el mismo léxico de imágenes. Uno de los artistas que decoró la tumba del rey Tut, hace cinco mil años, en el Bajo Egipto, esbozó al dios Thot con una esfera luminosa por encima de la cabeza, un glifo de la luna que indicaba su energía y su capacidad para interceder con la naturaleza cíclica del tiempo. Este halo es idéntico al octavo chakra del que hablan los chamanes del Amazonas. Los pueblos de la selva creen que los dones de este chakra son exactamente los que representaba el mítico dios egipcio: la capacidad para salirse del tiempo. Del mismo modo, el halo de luz representado en torno a Cristo es esencialmente el mismo que el representado en torno a Buda o en torno a un chamán maorí de Nueva Ze1anda. Estas imágenes, representadas en piedra, en madera o sobre un lienzo, confirman la existencia de videntes que podían percibir una realidad numinosa. No eran artistas que utilizaran el halo sólo como un símbolo; eran videntes. La similitud de sus percepciones es el testimonio de una capacidad innata que todos tenemos para percibir el campo de energía humano.

Aunque existen referencias del campo de energía luminosa en todo el planeta y a lo largo de todas las épocas, la mayoría de

los pensadores occidentales siguen encontrando estas evidencias difíciles de aceptar. Creemos que, cuando los escribas egipcios, los tallistas dogon o los artesanos budistas trazaban un halo de luz en torno a sus personajes, estaban haciendo referencias alegóricas a uno u otro tipo de iluminación. Nos imaginamos que esta iluminación es algún estado interno que los santos y los sabios a1canzan. Y, dado que no podemos percibirlo con los ojos, nos convencemos de que no es un hecho literal. Además, la ciencia no ha demostrado la existencia del campo de energía luminosa, de modo que no creemos que pueda ser real. Pero, si pensamos en ello, nos daremos cuenta de que la ciencia no pudo medir la gravedad hasta que Newton demostró que era una ley fundamental de la naturaleza; y, sin embargo, las manzanas 119

estuvieron cayendo de los árboles y los ríos estuvieron corriendo ladera abajo durante miles de años. Sí, es cierto, la gravedad es más fácil de observar que el campo de energía humano; pero, para los chamanes de todo el planeta, el mundo invisible de la energía y el Espíritu es tan tangible como el agua ladera abajo.

Ciertos obstáculos surgen cuando los occidentales abrazan estas prácticas chamánicas. Vivimos en una cultura en la que las personas que afirman ver energías se tienen por estrafalarias o por completamente desequilibradas y necesitadas de atención psiquiátrica. Recuerdo un incidente de esta índole cuando me encontraba haciendo mi internado en psicología en un hospital del norte de California. Al día siguiente de comenzar a trabajar en la unidad, un paciente llamado Pietro vino y me dijo: –Sé quién es usted. No se puede esconder de mí.

Y luego empezó a describir incidentes de mi infancia que nadie fuera de mi círculo familiar hubiera tenido forma alguna de conocer. Las capacidades psíquicas de Pietro se habían disparado a consecuencia de una mala experiencia con el LSD años atrás. Estaba en el pabellón psiquiátrico porque no sabía cómo bloquear su visión, e iba por ahí alarmando a la gente con atemorizadoras observaciones personales. Los médicos y los terapeutas no suelen saber cómo ayudar a alguien en quien emergen estos dones, sea de forma aterradora y abrupta, como en el caso de Pietro, o sea de forma suave y espontánea, como a veces ocurre durante la infancia o la adolescencia. Pietro estaba fuertemente medicado, y no había esperanza de cura para él. En una cultura tribal, podría haber sido ayudante de un chamán en el diagnóstico de enfermedades.

La manera de ver del chamán es un talento que hay que desarrollar. Del mismo modo que las personas con talento para la música tienen que practicar y han de ser estimulados con el fin de que toquen diestramente un instrumento, los que desean ver el mundo luminoso tienen también que desarrollar y refinar esta habilidad. Durante milenios, los chamanes de todo el mundo han ido perfeccionando técnicas para afilar estas habilidades. Estas técnicas se desarrollaron en sociedades que conferían grandes honores a las personas que eran capaces de atisbar el mundo invisible. Personalmente, he adaptado las más valiosas de estas prácticas, que enseñamos a nuestros alumnos en la Healing the Light Body School.

CÓMO VEMOS

La visión es un proceso milagroso que precisó de millones de años de evolución para perfeccionarse. Para muchas y complejas formas de vida (desde el saltamontes hasta las ballenas) es el medio principal de percepción. La visión humana se basa en tres componentes: los ojos, el nervio óptico y el córtex visual del cerebro. Los ojos convierten la luz en señales eléctricas que el nervio óptico lleva hasta el córtex visual, «la sala de proyecciones» del cerebro. El nervio óptico transporta una corriente de electrones desde los ojos hasta el cerebro, del mismo modo que un cable de televisión lleva la señal hasta el televisor. Luego, el córtex visual, situado detrás de las orejas, en la parte trasera de la cabeza, genera la imagen. Toda visión, por tanto, tiene lugar dentro de la cabeza, aunque tengamos la impresión de que vemos el mundo exterior.

Los ojos son de escasa utilidad para percibir el mundo invisible de la energía y el espíritu. La retina registra sólo una estrecha banda del espectro electromagnético. No registra los rayos infrarrojos ni los ultravioletas, por ejemplo, a los que responde rápidamente la piel. El nervio óptico tampoco es de gran ayuda, dado que es un cable de un solo sentido, que conecta únicamente los ojos con la sala de proyecciones. Sin embargo, la sala de proyecciones es una estructura extraordinaria. El córtex visual es capaz de traducir la energía (los impulsos eléctricos del nervio óptico) en imágenes vivas. Así pues, el mecanismo para ver la energía está ya en marcha. Para

percibir el campo de energía luminosa y las historias codificadas en él, sólo tenemos que cambiar la fuente de la señal y dejar que el córtex visual haga aquello para lo que la naturaleza lo diseñó, que es crear imágenes.

Para hacerle un chequeo del corazón, probablemente su médico le hagan un electrocardiograma. Los sensores pegados en su pecho enviarán una señal a través del cable hasta un registro gráfico que mostrará las señales de su latido cardíaco. Si su médico quisiera comprobar la temperatura de su bodega de vinos, pondría simplemente un termómetro en la pared, pero seguiría usando el mismo aparato registrador. Con el sensor adecuado y un cable, el registro gráfico puede medir cualquier tipo de actividad, desde los latidos cardíacos hasta los terremotos. Con la visión ordinaria, los ojos son los sensores, el nervio óptico es el cable, y el córtex visual es el aparato registrador. Para ver el mundo de la energía, tenemos que desconectar los sensores (los ojos) y el cable (el nervio óptico), pero 121

tendremos que conservar el aparato registrador, el córtex visual. La única función del aparato registrador es traducir una señal en una imagen. Ésta es la razón de que lo llame sala de proyecciones.

Tenemos los sensores que necesitamos para desarrollar la manera de ver de un chamán; son el sexto chakra (el mítico «tercer ojo», en el centro de la frente) y el cuarto chakra, el corazón. Si conectáramos el chakra del corazón y el tercer ojo al córtex visual, podríamos ver con los ojos de la mente y del

corazón. El problema estriba en conseguir un «cable» que vaya desde estos chakras hasta la sala de proyecciones, en la parte posterior de la cabeza.

Siendo estudiante de anatomía, me enteré de que el cerebro humano es un aparato de cableado fijo. Una vez se establecen los senderos neuronales en el cerebro, es muy difícil cambiarlos. Es imposible tender una nueva vía neurológica hasta el córtex visual. Si se cortara el nervio óptico de una persona, ésta se quedaría ciega y no recuperaría la visión. Sin embargo, seguiría soñando a todo color y con todo tipo de imágenes. El cerebro no puede redirigir las señales hasta el córtex visual. Así pues, para ver con los ojos del corazón, tenemos que crear una red extracerebral, fuera del cerebro. Los ritos del chamán para la visión pueden tender vías extracerebrales que conectan el corazón y el tercer ojo con la sala de proyecciones del córtex visual, hasta conseguir imágenes multisensoriales del mundo luminoso.

Durante los primeros años de vida, los niños tienen diez veces más conexiones sinápticas en el cerebro que los adultos. Las sinapsis son como las ramas que se extienden desde las células nerviosas, que se bifurcan en múltiples direcciones hasta que encuentran otra rama con la que conectarse. Las conexiones sinápticas son las vías a través de las cual procesamos la información. Mientras éramos pequeños, podríamos haber descubierto hasta seis maneras diferentes de acercarnos a un vaso de agua y agarrarlo. Con el tiempo, una vez aprendimos cuál de estas maneras era la que más se nos acomodaba (si lo hacíamos

con la mano derecha o con la izquierda, etc.), las otras vías se marchitaron y murieron. La sinapsis conecta a una célula cerebral con otra, y se puede comparar con los senderos en un bosque. Hay senderos que son muy directos y lo llevan a uno a través de un pastizal hasta el río. Otros senderos son más enrevesados, cruzando áreas de álamos y olmos, pero más pronto o más tarde llevan al mismo río.

122

Una vez hemos trazado nuestros mapas de la realidad, el 90 por ciento de nuestras conexiones sinápticas mueren. Nos familiarizamos con una única forma de llegar al río. Las otras rutas se borran. Si nos aprendemos el sendero por el pastizal, nos olvidamos de que existen los álamos y los olmos, y miramos incrédulos al viajero que menciona los exóticos árboles que vio cuando iba hacia el río.

En nuestra cultura, trazar mapas del paisaje del mundo invisible no es un asunto prioritario. Este paisaje espiritual ni siquiera se reconoce como real. No hay ningún río, de modo que, ¿para qué hacer senderos que lleven allí? Los occidentales no hemos desarrollado los senderos neuronales para percibir la energía. De modo que habrá que tender el «cableado» fuera del cerebro. Puede usted pensar en esos cables como meridianos de luz dorada dispuestos por la parte externa de la cabeza, que conectan el tercer ojo y el corazón con la sala de proyecciones de la parte posterior de la cabeza. Estos senderos retransmiten datos sensoriales multimodales: imágenes, texturas, sonidos, sabores, sensaciones y fragancias.

DEJAR LA CABEZA A UN LADO

Y ENTRAR EN LOS SENTIDOS

El mundo invisible no puede verse con los ojos de la lógica y la razón. Tenemos que resucitar el sentido de inocencia del niño y redescubrir la percepción primaria, directa. Un niño explora texturas, distingue colores, busca piedras enterradas y pregunta el porqué de todo. Esto es percepción inmediata, primaria. Cuando Cristo dijo: «Si no os hacéis como niños, no entraréis en el reino de los Cielos», estaba sugiriendo que tenemos que aprender a percibir de nuevo el mundo inocentemente, sin la carga de las ideas preconcebidas. El lenguaje y la razón nos separan de la experiencia directa. Los nombres y la lógica, aunque prácticos, nos impiden alcanzar el misterio de la vida.

Tendremos que ajustar los sentidos antes de practicar los ejercicios que vienen a continuación. De otra forma, la práctica se convertirá en una actividad intelectual y limitada a lo que los ojos puedan ver. Cuando ajustamos los sentidos, conseguimos una percepción holística del mundo, de tal modo que tacto, gusto, oído y vista ya no nos separan de la experiencia, sino que nos hacen uno con lo que percibimos. Usted huele una fragancia y se convierte en esa fragancia, indivisible de ella. No se trata de una comunión poética. Es una comprensión profunda de nuestra interconexión. Por ejemplo, cuando una mujer medicina sumerge

su taza en las cabeceras del Amazonas, no dice: *Ah, ahora esta agua es mía;* en vez de esto, comenta: *Ahora el Amazonas fluye*

a través de mí.

Ejercicio perceptivo

Tómese el pulso, pero no mire el reloj. No cuente sus latidos. Simplemente, sienta las mareas que fluyen a través de usted, las ondas de fuerza vital que discurren por su interior. Sienta el ritmo de su pulso. Ése es su tempo. Nadie más tiene un ritmo exactamente igual al suyo. Los isleños de Indonesia creen que todo en la vida tiene un pulso. Hace miles de años, fundieron tambores de bronce del tamaño de un elefante y marcan en ellos los ritmos de la Creación, para sintonizar su espíritu con el tempo del Universo.

Utilice su imaginación. ¿De qué color es su sangre? ¿Tiene la seguridad de que es roja? ¿Y por qué sus venas son azules? ¿En qué momento cambia de color su sangre? ¿Por qué? No piense en la clase de biología que le dieron en el instituto. Su cuerpo sabe la respuesta. Pregúntele. Siga a su sangre hasta el corazón y encuentre la respuesta por sí mismo. El corazón es el primer órgano en recibir la sangre roja, rica en oxígeno, de los pulmones, y se alimenta a sí mismo primero, antes de bombear la sangre para alimentar al resto del organismo.

Ahora, traiga la conciencia hasta su respiración. En primer lugar, tápese una ventana de la nariz y, luego, la otra. ¿A través de qué fosa nasal está respirando? Respiramos predominantemente a través de una fosa nasal durante unas cuantas horas, y luego por la otra. Siga su respiración a medida

que baja por la tráquea y entra en los pulmones. ¿Qué siente? ¿El aire entra con un tenue silbido o entra suavemente? ¿De dónde viene su respiración, y cuán prolongada es la suya?

Después, ajuste el sentido del olfato. ¿Cuál es su aroma? Todo el mundo tiene un aroma único. Huélase la mano después de haber picado ajo o albahaca. Inhale diferentes fragancias: el dulce aroma de las flores, el penetrante olor del vinagre, el acre olor de la leche agria, la dulce fragancia de la lavanda. La mayoría de los mamíferos confían, en primer lugar y principalmente, en su sentido del olfato. Un oso polar es capaz de oler a una foca a casi cincuenta kilómetros de distancia. Los monos se huelen uno a otro cuando se conocen. Un león en campo abierto será capaz de oler tu miedo.

124

Después de eso, ajuste su sentido del tacto. La piel es el órgano sensorial más grande del cuerpo. Está hecha con el mismo tejido que el cerebro y el sistema nervioso. La piel está viva. Entra en erupción cuando está enfadada y brilla cuando se la mima. Tómese unos instantes para acariciarse la cara. Sienta sus labios, pasándose las yemas de los dedos por todo su contorno. Acaricie la cara de la persona que ama. Después, conciencia de sus pies. Mueva los dedos de los pies dentro del calzado. El cerebro humano trabaja por inhibición. Cuando se pone los zapatos por la mañana, usted es consciente de la temperatura y de la sensación del interior de los zapatos. Pero, luego, el cerebro inhibe esta sensación porque, al fin y al cabo, usted no necesita

estar consciente de sus zapatos todo el día. Sólo si tropieza con una silla o pisa una tachuela, volverá a ser consciente de sus pies. La próxima vez que se siente a comer, cambie de mano el tenedor y el cuchillo. Observe lo torpe que se siente, y utilice esta sensación para tomar conciencia de cada bocado que dé y del sabor de la comida.

Ajuste su sentido del gusto. ¿A qué sabe su piel? Lámase el antebrazo. ¿Está salado o dulce? ¿A qué sabe su sangre? Pruébela la próxima vez que se haga un corte, y tome conciencia del sabor. ¿A qué sabe su sangre? Habitualmente, se cree que el agua del grifo no tiene sabor. Pero esto no es cierto. El agua tiene su propio sabor, y el agua de cada ciudad y de cada río tienen un sabor diferente. Beba lentamente y saboréela. Sienta la frescura del agua y conviértase en esa frescura; sienta cómo baña toda su boca y cómo irradia desde ahí a todo el cuerpo. Deje que esa frescura lo llene.

Finalmente, cierre los ojos, respire profundamente y escuche. ¿Qué sonidos lo envuelven? Intente identificar tantos sonidos naturales como pueda. ¿Hay algún pájaro cantando? ¿Zumban las abejas? ¿Son todos los sonidos que lo rodean sonidos hechos por el hombre? ¿Existe algo que retumbe? ¿Oye gritos agudos o chillidos? Cuando buscas el rastro de un jaguar en el Amazonas, tienes que escuchar a los pájaros. Sus cantos de advertencia te alertan del paradero de los grandes felinos mucho antes de que su rastro sea visible.

Para practicar la percepción primaria, los chamanes han desarrollado una especie de «sentido común» que enlaza todos

los sentidos. Los chamanes son capaces de saborear el fuego, de tocar la fragancia de una flor y de oler una imagen. Obtienen una percepción inmediata antes de que una experiencia se divida entre los sentidos, una habilidad conocida 125

como sinestesia. Esta fusión de modalidades sensoriales resulta extraña sólo para aquellos que se han distanciado de la experiencia directa y primordial del mundo natural. Muchos músicos dicen que, al ver a los pájaros volar, pueden oír el aire al pasar por entre las plumas de sus alas. Este «sentido común», que es el sello distintivo de la percepción primaria, es una habilidad que la mayoría hemos perdido bajo el influjo de la civilización. Como dijo el filósofo Maurice Merleau-Ponty en su libro *Fenomenología de la percepción* [16] «La percepción sinestésica es la norma, y no somos conscientes de ello simplemente porque el conocimiento científico cambia el centro de gravedad de la experiencia, de modo que hemos desaprendido la manera de ver, de oír y, en general, de hablar y de sentir, con el fin de deducir, a partir de nuestra organización corporal, el mundo tal como lo concibe el físico, qué hemos de ver, escuchar y sentir». La sinestesia aumenta a medida que llevamos la conciencia al tacto, al gusto, a la sensación y al sonido.

Uno de mis ejercicios favoritos de sinestesia es el de «saborear» tus emociones. Tome conciencia del sabor en su boca. ¿Es dulce? ¿Agrio? ¿Sabe a madera? ¿A metal? Recuerde una situación placentera, y observe de nuevo cómo el sabor cambia. Recuerde ahora una situación en la que sintió miedo. ¿Puede captar el sabor del miedo? ¿Del amor? ¿De la alegría?

El ejercicio de la segunda atención

La práctica de la segunda atención es un ejercicio de movimiento de los ojos que, al parecer, recalibra nuestras redes neuronales; reinicia nuestras coordenadas sensoriales, las pone a cero, por decirlo así, en menos de treinta segundos. De otro modo, la percepción sensorial se queda bloqueada en la primera atención, la visión de túnel de la realidad ordinaria. En este ejercicio inicial, utilizaremos la práctica de la segunda atención para liberar nuestro sentido sinestésico y percibir los meridianos de acupuntura. Una vez sienta la energía, podrá traducir esta sensación en una imagen a través de la sinestesia.

16. Ediciones Altaza, Barcelona, 1999

Imagine que sus ojos son la esfera de un reloj. Los ojos actúan como un dispositivo de señalización e indican la región del cerebro que empleamos para diferentes actividades mentales. Por ejemplo, muchas personas diestras miran hacia las diez en punto cuando realizan cálculos matemáticos, y hacia las dos en punto cuando recuerdan sus canciones favoritas. Compruébelo con alguien. Pídale que sume veintisiete más diecinueve, y

observe en qué dirección gira los ojos. Cada persona responde de forma diferente; sin embargo, los ojos siempre apuntan en la misma dirección. Ahora, pídale que recuerde el aroma del pan recién salido del horno, o bien una canción. Observe hacia qué dirección apunta los ojos. Éstas son las coordenadas perceptivas de la primera atención, de la realidad ordinaria.

La práctica de la segunda atención consiste en rotar los ojos con los párpados cerrados, con lo cual se limpia la pantalla perceptiva. Cierre los ojos y muévalos (sin mover la cabeza) de izquierda a derecha, de arriba abajo, desde la parte superior izquierda a la parte inferior derecha, y viceversa. Ahora, rote los ojos en un gran círculo, de izquierda a derecha tres veces y, luego, de derecha a izquierda otras tres veces. Repita proceso, rotando los ojos en pequeños círculos, con los párpados cerrados.

Ponga las manos juntas, en posición de oración. (Los diez meridianos principales de acupuntura discurren por todo el cuerpo, atravesando las manos y las puntas de los dedos; y, cuando ponemos las manos juntas en posición de oración, equilibramos las energías que fluyen a través de los meridianos de acupuntura. Quizá sea ésta la razón de que esta postura se asocie con la oración, por cuanto precisamos estar en equilibrio cuando rezamos.) Asegúrese de dejar un poco de espacio entre los dedos de cada mano y de que las yemas de los dedos estén tocándose, índice con índice, pulgar con pulgar, *etc.* Las manos deben descansar suavemente contra el pecho. Respire profundamente varias veces, mientras mantiene juntas las manos.

Después, separe las manos y sacúdalas vigorosamente de

lado a lado durante unos treinta segundos, relajándolas y dejando que se aflojen. Ponga las manos juntas de nuevo en posición de oración y, poco a poco, separe las palmas de las manos, manteniendo en contacto las yemas de los dedos. Sea consciente de la sensación que le llega de las manos. ¿Siente frescura? ¿Calidez? ¿Tiene una ligera sensación eléctrica entre las palmas de las manos? Separe las manos lentamente, permaneciendo consciente 127

de las yemas de los dedos. ¿Siente un hormigueo en las yemas? Vea hasta dónde puede separar los dedos manteniendo ese hormigueo, esa sensación eléctrica. Imagine que puede percibir los hilos luminosos que conectan entre sí las yemas de los dedos. Son extensiones de los meridianos de acupuntura. Practique esto unas cuantas veces, hasta que pueda sentir la energía de los meridianos teniendo las manos a una distancia de unos treinta centímetros. Fíjese en qué mano es más sensible. ¿Puede sentir mejor la energía con las yemas de la mano izquierda, o con las de la mano derecha?

Sentir el campo de energía luminosa

Ahora vamos a aprender a explorar la membrana del campo de energía luminosa. Estando de pie, cierre los ojos y haga la práctica de la Segunda Atención. Tome conciencia de su respiración. En la meditación zen se presta atención a la respiración para mantener la mente racional ocupada mientras exploramos otros dominios de la conciencia.

Sacuda las manos vigorosamente durante unos segundos y póngalas juntas en posición de oración. Lentamente, vuelva las manos de manera que las palmas queden hacia fuera, lejos del cuerpo. Poco a poco, despliegue en abanico las manos hasta que se encuentren más o menos a unos treinta centímetros de su vientre. Mueva las manos adelante y atrás lentamente, como si estuviera pasando un paño por una ventana, e intente sentir la membrana interna o piel del campo de energía luminosa. ¿Es lisa, o tiene textura? ¿Es elástica, cede o es firme? ¿La siente caliente o fría? ¿Puede empujarla y expandirla? (En la ciudad, el campo de energía luminosa se ciñe en torno a uno como un capullo de seda; mientras que, a los pocos días de estar en la naturaleza, se expande hasta la distancia de los brazos abiertos.) ¿Tiene rugosidades y bolsas? Las rugosidades y las bolsas indican lugares donde la membrana luminosa es débil y se encuentran escapes de energía, o bien zonas por las que penetran energías y emociones pertenecientes a otras personas. Imagine el color de su campo de energía luminosa.

Cuando lo haya hecho, vuelva las manos a la posición de oración durante unas cuantas respiraciones para equilibrar la energía. Practique este ejercicio hasta que sea capaz de percibir con claridad la textura y las sensaciones que le llegan de la membrana de su campo de energía luminosa.

La lectura de los chakras

Utilizaremos un ejercicio similar para sentir los chakras. En este ejercicio, trabajaremos con los chakras de la Tierra. Repita el

ejercicio de la segunda atención; sacuda las manos vigorosamente durante unos segundos y llévelas de nuevo a la posición de oración. Permanezca consciente de su respiración.

Ahora, ponga las palmas de las manos, abiertas, a unos siete u ocho centímetros por debajo del ombligo, muy cerca de la piel. Siga con la respiración. Imagine sus chakras como vórtices de energía, girando un poco más allá de la piel como torbellinos de luz. El borde externo de éste se encuentra a unos ocho o diez centímetros fuera del cuerpo, en tanto que gran parte de la extensión del chakra se halla en el interior del organismo. Encuentre el borde externo del vórtice de su segundo chakra. Sienta su circunferencia y la energía que gira dentro de él. Cuando pongo un dedo en un chakra, siento la energía como si fuera agua fresca que pasa rozando la yema del dedo.

Poco a poco, introduzca el dedo índice en el chakra, metiéndose en el cuerpo. ¿Qué siente? ¿Está frío, caliente o ninguna de las dos cosas? Ponga la atención en la punta del dedo y perciba las sensaciones que le llegan de la yema. ¿Siente hormigueo? ¿Está suave o áspero? El chakra del vientre está relacionado con la respuesta de luchar o huida. Cuando sentimos miedo o estamos en peligro, lo percibimos de inmediato en este chakra. Mientras explora el segundo chakra con la punta del dedo, recuerde la última vez que sintió miedo. ¿Nota alguna diferencia de sensación y de textura? Todo el mundo siente la energía de forma diferente. Lo que usted quizá perciba como helado, otra persona puede percibirlo como cálido. El segundo chakra es el más fácil de leer, dado que es la sede de nuestras

pasiones y emociones, y mantiene una elevada carga. Repita el ejercicio con el primer chakra. Observe si la textura y la densidad del chakra cambian cuando recuerda algún momento en que se sintió seguro y protegido, quizá cuando era joven. Luego, recuerde algún momento en que no se sintió a salvo, o bien al despertar de una pesadilla. ¿En qué diferencia la energía?

Ahora, intente sentir el tercer chakra. Recuerde algún momento en que se le reconoció o se le agradeció algún logro personal. ¿Cambia la textura de la energía? Recuerde algún momento en que se sintió avergonzado. Ahora, suba al z. Recuerde un momento en que estaba 129

enamorado, cuando conoció a su cónyuge o su pareja. Recuerde ahora un momento en que se sintió abandonado o abandonada, con el corazón roto. Observe los cambios de calidad de la energía. Luego, intente sentir el quinto chakra. Recuerde algún momento en que sintió una profunda paz interior, quizá durante la meditación. Y, ahora, recuerde un momento en que no se sintió escuchado por alguien amado. ¿En qué se diferencia la energía?

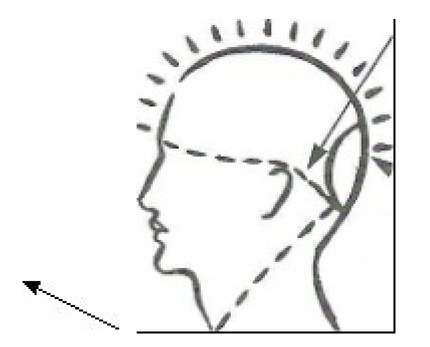
Hasta ahora, hemos estado trabajando con medidas cuantitativas. Los ejercicios que ha hecho hasta aquí le ofrecen una sensación de la textura y la intensidad de la energía de los chakras. La mayoría de los sanadores no van más allá de este punto. Perciben la fuerza y la debilidad de la energía, y nada más. Pero nosotros queremos ir más allá, queremos tener medidas cualitativas. ¿Qué información contiene la energía? ¿Qué historias hay, qué alegrías y que pesares? Esto lo vamos a conseguir a

través de la segunda conciencia.

El ejercicio de la segunda atención libera su sistema sensorial, mientras que la segunda conciencia le va a permitir leer las historias contenidas en la energía.

Ejercicio de la segunda conciencia

La segunda conciencia le permite percibir las historias contenidas en la energía. Usted instala fibras de luz a lo largo del cuero cabelludo, a través de las cuales retransmite información desde el tercer ojo hasta el córtex visual, donde se descodificará y se proyectará en colores vibrantes. A esto le añadiremos la información que llegue desde el corazón a través de unas fibras de luz similares. Estos senderos extracerebrales transmiten información emocional y espiritual. El tercer ojo registra los hechos, mientras que el corazón registra los sentimientos. De este modo, su visión estará templada por la compasión. De por sí, el tercer ojo es frío y desapasionado. Y, por su parte, el corazón es efusivo y sentimental. Trabajando juntos, estos dos chakras se convierten en la más poderosa fuente de conocimientos del sanador. El 90 por ciento de mis alumnos son capaces de desarrollar esta habilidad. No es un don con el que nacen unos cuantos elegidos. El córtex visual es capaz de visualizar cualquier cosa. Más aún, descodifica la información, descifrando imágenes cargadas de símbolos y de sentido.



CORONA DE LUZ

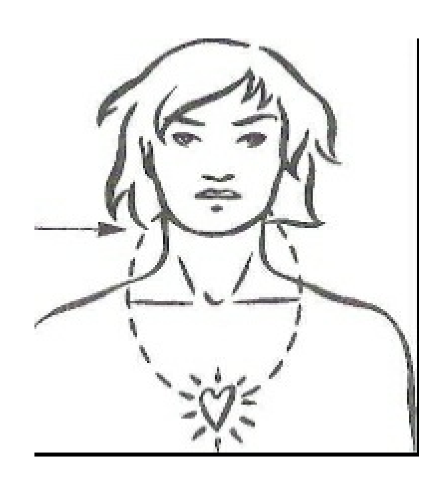
Borde occipital

Tercer ojo

Borde occipital

Golpetee a lo largo de los puntos.

COLLAR DE LUZ



chakra del corazón

Golpetee a lo largo de los puntos.

Córtex visual en
la parte posterior
de la cabeza

Adopte la posición de oración y lleve a cabo el ejercicio de la segunda atención mientras respira profundamente varias veces. Después, con las puntas de los dedos de ambas manos, dese suaves golpecitos en el centro del pecho, a la altura del corazón. Golpetee el contorno de un imaginario collar de luz que va desde el chakra del corazón hasta la parte posterior del cráneo, hasta el córtex visual. Repita este movimiento lentamente y con suma atención tres o cuatro veces.

Más tarde, dé suaves golpecitos en su sexto chakra, en el centro de la frente. Golpetee una banda imaginaria que va desde la frente hasta la base del cráneo, en la parte posterior de la cabeza. Siga una línea que pasa justo por encima de las orejas. Hágalo varias veces.

Ahora, golpetee una vez más el sexto chakra y siga una banda a lo largo de la parte superior de la cabeza (dando suaves golpecitos con ambas manos a lo largo de la línea media) hasta la base del cráneo. Imagine que se está poniendo una corona de luz en la cabeza.

Cuando visualiza esta corona y este collar, usted instala vías extracerebrales hasta el córtex visual del cerebro. Visualice cómo la energía discurre por estos senderos para activarlos. Yo los visualizo como fibras que brillan con luz trémula, e imagino que a través de ellos corre a raudales una luz dorada, lentamente al principio, adquiriendo después velocidad e intensidad, hasta que toda la red pulsa con la luz. He descubierto que algunos estudiantes desarrollan la capacidad para ver con mucha rapidez. Sus senderos luminosos se instalan en seguida y comien zan a transmitir información de inmediato. A otros puede llevarles meses, o incluso años. La segunda conciencia no se puede conseguir mediante la intención, que es un acto de la voluntad y pertenece al mundo de la conciencia ordinaria, la primera conciencia. Aporte energía a los senderos extracerebrales y deje que el córtex visual del cerebro haga aquello para lo que está diseñado.

Quizá se dé cuenta un día de que ya lleva algún tiempo viendo. A mí me llevó muchos meses de práctica, aportando energía a los senderos luminosos desde la frente y desde el corazón hasta la zona posterior de la cabeza, hasta que conseguí resultados fiables. De pronto, un día, descubrí que llevaba meses viendo el campo de energía luminosa, pero que, simplemente, no era consciente de que lo percibía. Era una sensación extrañamente familiar. Al principio sólo podía ver el campo de energía luminosa y los chakras con los ojos cerrados. Yo ponía las manos en posición de

oración, respiraba profundamente y observaba las corrientes de

energía mientras movía los dedos por separado. Luego, pude enfocar mi atención en una cliente y percibir su cuerpo luminoso. Al principio, la visión ordinaria era intrusiva y me distraía. Con el tiempo, he aprendido a ver también con los ojos abiertos. Empleo la segunda conciencia sólo cuando el cliente me ha dado permiso para ello (o antes de subir a un avión, para asegurarme de que todos a mi alrededor tengan un saludable campo de energía luminosa, que es un indicio seguro de que el viaje terminará bien).

Practique con la visión del campo de energía en torno a plantas y animales. Observe los filamentos que se extienden desde una mascota hasta su dueño, o desde las plantas que tiene en su casa hasta la naturaleza y hasta su campo de energía luminosa. El reconocimiento de que podemos ver el mundo de la energía y del espíritu es la mayor validación, no sólo de su capacidad para hacerlo, sino también de la realidad del mundo invisible.

Susan tenía poco más de cincuenta años cuando se inscribió en la Healing the Light Body School. Como profesora de la universidad, ella había viajado conmigo a Perú casi diez años atrás, pero no nos habíamos visto en varios años. Durante el transcurso de nuestra conversación, me dijo que estaba sufriendo a diario unas migrañas que no le permitían hacer nada. Cuando sucedía uno de estos episodios, era incapaz de dar clases, incluso de caminar, durante cerca de una hora. Los médicos no habían encontrado ninguna dolencia física, pero las migrañas persistían. Me preguntó si estaría dispuesto a explorar su campo

de energía luminosa, para ver qué podría estar causando sus dolores de cabeza.

Susan se sentó delante de una pared blanca, frente a mí. Atenué las luces de la habitación. Suavicé mi mirada, puse las manos en posición de oración y entré en ese estado de calma que he aprendido a asociar con la segunda conciencia. De inmediato, sentí que el séptimo chakra de Susan estaba bloqueado. La energía no fluía, ni entraba ni salía por esta zona. Normalmente, el séptimo chakra es como un surtidor de energía, que mana por la parte superior de la cabeza y derrama corrientes a través del campo de energía luminosa. Había algo parecido a estanques de una energía espesa y oscura que giraba por encima de su frente. Y por detrás de este punto, percibí una mancha con forma de huevo. Todo el sistema pulsaba, incluidas la mancha y la energía oscura que la rodeaba. Aunque los médicos de Susan no habían encontrado razón médica alguna que explicara su dolencia, sentí

que había un trastorno físico que estaba creando una acumulación de presión dentro de su cráneo. Llevé a cabo una iluminación para limpiar las huellas de esta dolencia y extraer la energía oscura que giraba en torno a la cabeza de Susan.

Cuando volví a explorar a Susan, me percaté de que el objeto que había sentido antes aún estaba allí. Insistí en que volviera a ver a su médico y en que le hicieran una resonancia magnética que ofreciera una visión detallada del interior del cráneo. Pero los médicos de Susan se mostraron reacios; no había nada, según ellos, que justificara esta exploración. Es bastante

cara, y si Susan insistía en que se la hicieran, tendría que pagarla de su propio bolsillo. Susan se mantuvo firme, y con una sonrisa les dijo a sus médicos que se lo había ordenado su chamán. Cuando les enviaron las imágenes, se encontraron con un tumor del tamaño de un huevo junto a la glándula pituitaria, en el centro de la cabeza, en una cavidad que originalmente no era más grande que un guisante. Este quiste había estado generando una peligrosa acumulación de presión en el cerebro. Dos días después, los cirujanos extrajeron con éxito el tumor y descubrieron que no era maligno. Tras la operación, le dijeron a Susan que, dado el tamaño del quiste, hubiera muerto en muy poco tiempo, de no extirparlo. La intervención quirúrgica no podía haber llegado más a tiempo.

SIGUIENDO EL RASTRO DE LA ENERGÍA

Los chamanes son maestros del rastreo. Recuerdo cierta ocasión, estando en la selva amazónica, en la que me encontraba con dos chamanes, un hombre y una mujer, con los que había estado viajando durante varios días. Aquella mañana habíamos decidido hacer una caminata hasta un río cercano, a cuyas orillas crecían los ananás. Los monos conocen este lugar, y cuando los ananás están maduros, bajan de los árboles y se organizan unos estridentes festines. Los jaguares, evidentemente, también conocen el lugar, y se dirigen allí al anochecer para acechar a los monos, que constituyen su alimento favorito. Estábamos interesados en observar a los jaguares y sabíamos que, si nos los perdíamos, al menos podríamos ver a los monos con los ananás. Estábamos

siguiendo un sendero, cubierto con una gruesa capa de hojas de color carmesí, cuando el chamán se detuvo de repente. Señaló al suelo y susurró: –Huellas de jaguar.

Me incliné, pero lo único que pude ver fue el grueso manto de hojas húmedas y el suelo escarlata. La chamana asintió en silencio, y luego señaló a un árbol que había a unos seis metros y exclamó: –Pelo de jaguar.

Trepamos al árbol y encontramos dos pelos enganchados en una grieta de la corteza donde un gran felino se había rascado. Yo no había visto nada hasta que la mujer medicina tomó los cabellos del tronco del árbol, que era exactamente igual que otros centenares de árboles de la selva.

No vimos jaguares aquel día, y los monos ya habían dado buena cuenta de los ananás. Pero recibí dos grandes lecciones sobre el rastreo. Aprendí que seguir un rastro requiere de una atención incondicional por parte del rastreador. Cuando buscas jaguares, no te concentras en nada más. De este modo, dos pelos de jaguar pueden destacar como un trozo de cristal reflejando el sol en medio del desierto. La segunda lección es el rastreo tiene lugar en el espacio y el tiempo. Estábamos siguiendo el rastro de acontecimientos que habían tenido lugar días atrás; cuando comenzamos, las huellas tenían ya casi cuatro días. Seguimos el rastro del felino a través de la selva, localizando unos cuantos

pelos aquí, una huella en el barro de la orilla de un río allá, y ocasionalmente un lugar el que se había echado a descansar. La primera jornada, cubrimos tres días de lo que había sido el recorrido del felino, que era una hembra, mientras iba de aquí para allá por la selva. Cada nuevo rastro que encontrábamos era más reciente y estaba más definido que el anterior. Al segundo día nos encontramos con la magnífica criatura moteada. Estaba holgazaneando a la orilla de un río, acicalándose, lamiéndose las patas completamente absorta. Cuando captó nuestro olor, dio un salto en el aire y desapareció como la neblina en la jungla.

De manera similar, el vidente aprende a rastrear la causa de la enfermedad y del trastorno emocional a través del tiempo. El vidente puede descubrir el incidente que provocó la enfermedad o el infortunio del cliente. La siguiente técnica le va a permitir rastrear la herida de origen del cliente, el acontecimiento original que es responsable de una dolencia concreta. La herida puede proceder de un acontecimiento reciente, de un trauma de la infancia o, incluso, de una experiencia de un a vida anterior. El vidente sigue el rastro a través del tiempo hasta llegar al incidente original en que tuvo lugar la herida. Mi mentor se refería a este proceso como encontrar la «cara» herida del paciente, y yo aprendí esta práctica siguiéndole el rastro a mis propias «caras» heridas.

Cuando comencé a practicar este ejercicio, estaba convencido de que las caras que veía eran mis propias subpersonalidades, los muchos yos que viven dentro de mí. No

estaba convencido de que estas caras fueran las de mis encarnaciones del pasado, de hace cien o de hace mil años. Pero, después de muchos años de práctica, llegué a la conclusión de que la diferencia era más una cuestión de semántica que de realidad. No existen evidencias concluyentes de que hayamos vivido otras vidas con anterioridad, y este ejercicio no constituye una prueba de encarnaciones previas. Tanto si se trata de esta vida como de vidas anteriores, no dejan de ser historias que viven dentro de mí. No son ni más ni menos reales para mí que la historia de mi infancia. Sea cual sea su origen, llevan en sí un poder sanador. El rastreo requiere un elevado grado de habilidad y de experiencia, pero el 90 por ciento de nuestros alumnos consiguen esta habilidad hacia el final de su preparación.

El rastreo de nuestros yos anteriores

Don Antonio me enseñó a utilizar la intención para rastrear. [17] Cuando estás en lo profundo de la selva siguiendo las huellas de jaguares, excluyes todo lo demás de tu horizonte perceptivo. Ves fascinantes plumas de guacamayo rojas y amarillas a lo largo del camino, pero no les prestas atención. Tu intención está fija en los jaguares, y todo lo demás se diluye en el trasfondo. El que los loros canten y los monos aúllen carece de importancia. Sólo te interesa el gruñido de los felinos. Cuando estás rastreando una herida original tuya o de un cliente, ésa es la única cara que te llama. Establezca con claridad su intención, su propósito, al comienzo de la sesión de rastreo, y deje que el Espíritu se ocupe de los detalles. La cara que aparece inmóvil y sin cambios

después de todas las transformaciones previas es la cara a la que usted le está siguiendo el rastro. Cuando aparezca, le revelará a usted su historia.

En una habitación en penumbra, siéntese a poco menos de un metro de un espejo y ponga una vela pequeña en una mesa, junto a usted. Asegúrese de que la vela está a su lado, y no delante de usted.

17. *Intent* en el original inglés. Se puede traducir por «intención», «propósito», «intento». Parece guardar relación con el concepto de *intento* de Castaneda. *(N. del T.)* 136

Adopte la posición de oración, haga el ejercicio de ojos de la segunda atención y concéntrese en la respiración. Cuando esté completamente relajado, mire sosegadamente su ojo izquierdo. No lo mire fijamente. Cuente cada inspiración hasta que llegue a diez, y luego comience de nuevo desde el uno. Observe el juego de luces y sombras sobre su rostro, y siga concentrado en su ojo izquierdo.

Existen cuatro etapas en el proceso de rastreo.

En la primera etapa, observe cómo es su cara, tal como la ha visto siempre. *Todo es exactamente lo que parece ser.* Ésta es la cara que ha visto usted en el espejo miles de veces.

La segunda etapa comienza pocos minutos después. Su cara puede cambiar y adoptar diferentes formas. Puede que perciba caras de animales sobreimpuestas a la suya, o quizá le desaparezca por completo la cara, quedando sólo los ojos. *Nada*

es sólo lo que parece ser en esta etapa. Siga con los cambios, concentrándose en la respiración. No se alarme por lo que perciba. Simplemente, registre las distintas caras que aparecen, sin juzgar nada y sin hacer interpretaciones. Algunas de ellas pueden tener decenas de miles de años de antigüedad. Algunas pueden ser de vidas anteriores; otras son de animales de poder, de nuestros guías y aliados en la naturaleza. Otras caras son las de nuestros guías espirituales.

En la tercera etapa, aparece una única cara y se hace dominante. *Aquí, todo es como debería ser.* Ésta es la cara que usted está rastreando. Usted ha observado todos los cambios de cara hasta que reconoce la cara que alcanza la quietud. Cuando aparezca esta imagen, deje que le informe. Manténgala fija concentrándose en la respiración, mirando suavemente su ojo izquierdo. Deje que le revele su historia. ¿Quién es? ¿De dónde viene? ¿Qué quiere de usted? El campo de energía luminosa guarda los recuerdos de todos sus yos anteriores, incluidas las caras de quienes fuimos cuando resultamos dañados o heridos. A veces, éstas aparecen como si pertenecieran a una vida anterior, en la que usted quizás experimentó un gran dolor, un gran sufrimiento, o acaso murió de muerte violenta. Con más frecuencia, son las caras de quienes una vez fuimos, o ce quienes podríamos haber llegado a ser en esta vida.

En la cuarta etapa, todas las imágenes desaparecen, incluso su propia cara. En esta etapa del ejercicio de rastreo, usted está viendo la naturaleza luminosa de la realidad. (Yo la llamo la etapa del «puf», porque todo desaparece.) Sólo hay Espíritu y luz.

rastreo, vuelva a poner las manos en posición de oración y respire profundamente unas cuantas veces con los ojos cerrados.

Cuando estaba aprendiendo este ejercicio con Don Antonio, me hizo trabajar con un condiscípulo que no me gustaba nada. Éramos un grupo de doce personas que él había elegido para formar, de entre los muchos que habían solicitado aprender con él. Carlos era un hombre al que yo le había confiado mi vida (habíamos recorrido las montañas y la selva juntos), pero no era una persona con la que me hubiera ido de cena. Lo veía demasiado piadoso y espiritualmente amanerado; y cuando las cosas no se hacían como él quería, se enfurruñaba como un niño. Me di cuenta de que lo juzgaba mucho, pero no podía evitarlo. El desagrado era mutuo. Nos evitábamos, Ahora, Antonio nos había puesto a los dos a practicar el rastreo, mirándonos a los ojos. En la primera etapa del proceso, vi sus negros ojos y sus rasgos indios, y fui vagamente consciente del sol poniente y de la silueta de las montañas tras él. Él tenía algo más de treinta años, y tenía una llamativa melena negra que le caía por encima de los hombros.

En la segunda etapa, su cara comenzó a metamorfosearse. Vi su nariz convertirse en un pico, sus ojos hundirse en sus órbitas. Ante mis ojos, lo vi convertirse en una hermosa águila. De repente, cuando entré en la tercera etapa, su cara se convirtió en la cara de un niño de seis años. Le caían las lágrimas por las mejillas, y echaba de menos a su madre, que estaba enferma. El muchacho parecía desolado, y también convencido de que su

madre ya nunca volvería a casa. Estaba desconsolado, y sentí el deseo de acercarme y confortarlo.

En la cuarta etapa, dejé que la imagen se disolviera en energía pura. Mi compañero desapareció, y lo único que vi fueron los últimos rayos del sol poniente tras él. Antonio nos había dicho que esta última etapa, que es la más difícil, era necesaria para que no conectáramos la imagen estable con la realidad física. Decía que esto es particularmente importante cuando se trabaja con un cliente rastreando posibilidades futuras. No conviene encerrarse en la imagen de un destino del cliente. Cuando disuelves la imagen, se la entregas a la voluntad del Gran Espíritu.

Me resultó difícil disolver la imagen de aquel desolado muchacho. No me la podía sacar de la cabeza. Tuve que concentrarme en mi respiración y desprenderme de los intensos sentimientos que esta imagen me había generado. Al término del ejercicio, Carlos y yo nos incorporamos y nos dimos un largo y cálido abrazo. Nunca antes nos habíamos dado 138

un abrazo así. Le conté todo lo que había visto, la ternura que había sentido por él, y le pregunté que le había ocurrido a su madre cuando él tenía seis años. Carlos era un hombre muy reservado, y dado que habíamos estado evitándonos todos aquellos años, no sabíamos nada de la vida personal del otro. Me dijo que su madre había muerto cuando él tenía un año, durante el parto de su hermana. No pudo encontrarle relación a todo cuanto yo había visto. Al término de la sesión, Don Antonio nos dijo que lo que habíamos visto en la cara del otro era nuestra

propia historia. Para mi sorpresa, a mi vuelta a casa le pregunté a mi madre, y me enteré de que ella había estado entrando y saliendo de hospitales durante casi un año cuando yo tenía seis años de edad.

Antes de intentar realizar este ejercicio con un cliente, asegúrese de haber recibido el adecuado entrenamiento en las prácticas de sanación luminosa. Por encima de todo, complete los ejercicios de este capítulo para aprender a ver con los ojos del corazón. A partir de ahora, utilice el ejercicio de rastreo para descubrir todas las facetas de su propio ser. Familiarícese con las caras que lleva en su interior. Así, si una de esas caras aparece sobre un cliente, podrá reconocerla como una proyección de usted. Con frecuencia, los demás hacen de espejo para que podamos conocer aquellas partes de nuestra psique que nos ocultamos. Carl Jung denominaba a estas partes desconocidas la sombra. Recuerde que, cuando las aguas del lago están en una perfecta quietud, el lago refleja a la perfección los árboles, el cielo y todo cuanto lo rodea. Pero que, con la más ligera brisa, con la más pequeña onda en las aguas, el lago no reflejará nada salvo a sí mismo. Para ver a otra persona con claridad y objeti vidad, uno primero tiene que dominar la quietud. La más ligera brisa de juicio o de interpretación de la mente racional creará una onda que hará saltar en pedazos la segunda conciencia y nos devolverá a la percepción cotidiana.

El rastreo de yos futuros

Esta técnica se puede utilizar también para rastrear en el futuro,

para acceder a un destino en el que usted se sanará y llevará una vida creativa y plena. Simplemente, ponga su intención en rastrear futuros posibles, en vez de ponerla en su pasado. Tenemos muchos destinos posibles a nuestra 139

disposición. Piense en la línea de su vida como en un cordón de luz sólida que, desde el presente, se remonta al pasado, y que se extiende hacia el futuro como hebras luminosas, como hilos de fibra óptica. Cada hilo representa un futuro hipotético. En un futuro posiblemente usted viva una vida larga y saludable, pero sólo si sigue adelante con los planes para mudarse a determinada ciudad, si acepta cierto empleo o cargo, o si lleva a cabo determinado cambio en su forma de vida. Un hilo diferente podría llevarlo a un destino menos afortunado.

El físico Werner K. Heisenberg estableció un principio clave de la mecánica cuántica: que uno puede determinar con gran precisión o bien la velocidad o bien la posición de un electrón, pero no ambas casas a la vez. El principio de incertidumbre de Heisenberg afirma que el mero hecho de observar un evento influye en su resultado o destino. El descubrimiento de Heisenberg parece indicar que la capacidad para cambiar el mundo físico a través del ejercicio de la visión es muy limitada una vez que la energía se ha manifestado en la forma. El momento para cambiar el mundo es antes de que la forma haya emergido desde lo informe, antes de que la energía se haya manifestado en materia. Así pues, muchas de las prácticas sanadoras que han desarrollado los chamanes sanan los trastornos antes de que se manifiesten en el cuerpo, antes de que las viejas huellas del

campo de energía luminosa hayan organizado la materia en enfermedades o infortunios.

Algunos videntes son capaces de ayudar a sus clientes a seleccionar un destino que desafía sus probabilidades de recuperación. Cuando trabajo con una persona cuyo pronóstico de recuperación es sombrío, rastreo futuros alternativos entre los cuales haya un estado sano que, aunque no sea probable, sea permisible dentro de las leyes de la biología y la física. Cuando veo la afección sanada, puedo hacer que aumenten las probabilidades de recuperación y, en cuanto se identifica tal estado, puede comenzar el viaje hacia la sanación. La historia de Steve ayudará a ilustrar este punto.

Steve era un físico que trabajaba en el Acelerador Lineal de la Universidad de Stanford cuando vino a verme. Él y sus colegas habían estado analizando datos para determinar si existía suficiente materia en el Universo como para que éste continuara expandiéndose indefinidamente, o si la atracción gravitatoria de las estrellas sería lo suficientemente grande como para hacer que el Universo se colapsara. Steve se tomó un respiro en sus investigaciones para acompañarnos en una expedición al sudoeste de Estados Unidos. Estábamos acampados en el cañón de 140

Chelly, en Arizona, en la actualidad hogar de la nación navajo. Los habitantes originales del cañón hicieron sus casas en los despeñaderos, por encima del suelo del desierto, hasta los alrededores del año 1200. Cuando llegamos al desfiladero donde íbamos a acampar aquella noche, advertí al grupo que

fueran respetuosos con el cementerio anasazi que hay en un muro adosado al despeñadero. Con el paso de los siglos, la lluvia y el viento habían descubierto las tumbas, y había lugares en los que trozos de cerámica y fragmentos de huesos estaban esparcidos por la árida superficie. Ni siquiera los actuales ocupantes del cañón, los navajos, se atrevían a acercarse al lugar. Creían que la mala suerte recaería sobre cualquiera que perturbara los antiguos lugares de enterramiento.

Mientras plantaba mi tienda, escuché a Steve haciendo bromas con algunos miembros del grupo, representando el «Ay, pobre Yorick» de Hamlet, con una calavera en las manos. Me fui corriendo hasta él y le pedí que dejara la calavera en el lugar donde la había encontrado. Nuestros guías navajos estaban horrorizados con las payasadas de Steve, y sugirieron que pronunciara una oración cuando devolviera la calavera a su lugar, aconsejándole que abandonara la zona lo antes posible.

Dos meses después, recibí una llamada de Steve.

—¿Cómo van las cosas en el frente de investigaciones? —le pregunté.

Las noticias eran buenas. El Universo parecía estar preparado para vivir eternamente.

—¿Y cómo estás tú?

En cuanto a Steve, las noticias no eran tan alentadoras. Pocos días antes, le habían diagnosticado un linfoma muy avanzado. Los médicos de1 Centro Médico de la Universidad de Stanford le habían dado menos de cuatro meses de vida.

Steve estaba convencido de que el cáncer era consecuencia de aquel incidente de la calavera anasazi. Aunque debía de haber desarrollado el cáncer meses antes de la expedición, a ambos nos sorprendía la sincronicidad de estos acontecimientos. La conexión real entre los dos hechos no era importante. Lo significativo era que Steve *creía* que había una conexión entre ellos. Comprender esta conexión se convertiría en parte de su viaje de sanación. Comenzamos a trabajar juntos inmediatamente después de haberle hecho el diagnóstico y a lo largo de todo su tratamiento de quimioterapia. Al término del cuarto mes, el cáncer de Steve estaba bajo control. Contra todo pronóstico, estaba vivo. Para nosotros, 141

esto significaba que existía al menos una posibilidad de que viviera bastante más. Ciertamente, no era muy probable, pero al menos era posible.

Nos pusimos a rastrear para encontrar la cara de su yo sanado. Empleamos la técnica de rastreo, pero con una interesante variación. En lugar de rastrear yo por Steve, simplemente me sentaba enfrente de él y me sumía en la quietud. Steve había trabajado mucho conmigo, y estaba familiarizado con el rastreo, de modo que hice que me utilizara como espejo. Sabíamos que era él quien tenía que encontrar su yo sanado. Nadie puede sanarte; eres tú quien te sanas a ti mismo. Lo único que le podía ofrecer a Steve eran los mapas que yo había aprendido, pero sabía que un mapa no es el territorio. Steve tendría que recorrer el terreno por sí solo. Cada vez que nos veíamos seguíamos el rastro y, al final de cada sesión, realizaba

una iluminación para limpiar las huellas relacionadas con cualquiera de las caras heridas que él había descubierto. Mi propia quietud le servía como diapasón para no dejarse seducir por las hermosas o terribles imágenes que percibía. La mayoría eran caras de su propio pasado; caras de angustia, de trauma, de alegría y de pérdidas. Steve tenía dos hijas pequeñas, y acababa de conocer a la mujer que consideraba su compañera del alma; se iban a casar el próximo verano.

Con el tiempo, Steve descubrió su propia quietud. Sus aguas se estaban aquietando y comenzaban a reflejar su yo sanado. Finalmente, una mañana, me vi a mí mismo reflejado en sus ojos, y supe que Steve había encontrado lo que iba buscando. Al término de nuestro ejercicio, simplemente nos abrazamos, con los ojos anegados en lágrimas. Le pregunté a Steve qué había visto, y me respondió que lo había presenciado todo. Le insistí para que me lo explicara, y repitió: –Todo, con una T mayúscula, y a mí mismo.

Cuando Steve encontró su yo sanado, descubrió su cara original, su naturaleza esencial. Al final, sería yo quien realizaría la ceremonia de boda de la pareja aquel verano. Steve vivió durante otros ocho años más. Fueron los años más importantes de su vida. Un año antes de fallecer, me envió un collar con una orca tallada en él, parecida a los motivos que tallan los esquimales. La nota que lo acompañaba decía que había elegido una orca porque, aunque se la conocía como asesina de ballenas, era de hecho uno de los animales marinos más tiernos. Las orcas se su mergen en lo más profundo del océano, al igual que él, que se

había sumergido en lo más profundo de su propia alma; le dan un susto de 142

muerte a todo aquel que se acerca a ellas, y él también tenía su cáncer, aunque en realidad le había traído el regalo de la vida.

Muy pocos chamanes alcanzan la sabiduría y la habilidad para rastrear el destino de otra persona. Sólo cuando conoces tu propia naturaleza esencial, cuando has rastreado tu propia cara original, sólo entonces eres capaz de ayudar a otro con el más absoluto desapego y con la compasión que requiere este tipo de rastreo. Todo en la vida deja su rastro en el tiempo.

6

EL ESPACIO SAGRADO

INVOCACIÓN

A los vientos del Sur,

gran serpiente,

envuélvenos con tus espirales de luz,

enséñanos a despojarnos del pasado, del mismo modo que te despojas

de tu piel,

para caminar suavemente sobre la Tierra. Enséñanos el Camino de

la Belleza.

A los vientos del Oeste,

madre jaguar,

protege nuestro espacio medicinal.

Enséñanos el camino de la paz,

para vivir impecablemente.

Muéstranos el camino más allá de la muerte.

A los vientos del Norte.

Colibrí, abuelas y abuelos,

Antepasados,

venid a calentaros las manos en nuestro fuego.

Habladnos en susurros con el viento.

Os honramos a vosotros, que habéis venido antes que nosotros,

y a vosotros, que vendréis después que nosotros, hijos de nuestros hijos.

A los vientos del Este.

Gran águila, cóndor,

venid a nosotros desde el lugar del Sol naciente.

Guardadnos bajo vuestra ala.

Mostradnos las montañas con las que sólo osamos soñar.

Enseñadnos a volar, ala con ala, con el Gran Espíritu.

Madre Tierra.

Nos hemos reunido para la sanación de todos tus hijos.

El Pueblo de las Piedras, el Pueblo de las Plantas.

Los de cuatro patas, los de dos patas, los que se arrastran por el suelo.

Los que tienen aletas, los que tienen pelaje y los que tienen alas.

Todos nuestros parientes.

Padre Sol, Abuela Luna, a las Naciones de Estrellas.

Gran Espíritu, tú que eres conocido por mil nombres,

y tú que eres el Innombrable.

Gracias por habernos reunido

y por permitirnos entonar el Canto de la Vida.

ORACION PARA CREAR EL ESPACIO SAGRADO

Los chamanes comienzan siempre las ceremonias de sanación abriendo el espacio sagrado. En este espacio dejamos atrás los asuntos de la vida cotidiana, el mundo bullicioso de las reuniones y los horarios, y nos preparamos para reunirnos con lo divino. El espacio sagrado nos permite entrar en nuestro silencioso mundo interior, donde tiene lugar la sanación. Aquí, lo mundano no nos puede distraer, y cada acto es santo y deliberado; si bien el espacio sagrado no es serio ni aparatoso. Los chamanes se toman su trabajo muy en serio, pero en modo alguno se toman a sí mismos demasiado en serio, y suele haber risas y bromas durante

las ceremonias de sanación. Dentro del espacio sagrado expe rimentamos la ligereza de nuestro ser. Tanto la risa como las lágrimas acuden con facilidad. Alan Watts solía decir que la razón por la que los ángeles podían volar era porque se tomaban a sí mismos muy a la ligera. Dentro del espacio sagrado, nuestras cargas se hacen ligeras, y podemos 146

ser alcanzados por la mano del Espíritu. Una vez terminamos nuestro trabajo de sanación, debe cerrarse el espacio sagrado, dando las gracias de nuevo a las cuatro direcciones, al Cielo y a la Tierra. Cuando el chamán o la chamana hacen esto, liberan las energías arquetípicas que han convocado, y éstas se reintegran en la naturaleza.

El espacio sagrado es una esfera de sanación que es pura, santa y segura. Yo lo imagino como una cúpula resplandeciente que se eleva por encima de la zona donde hago mi trabajo de sanación. Todos dentro de este espacio están protegidos, y mi cliente puede liberar su angustia y su dolor, y puede experimentar la alegría que suele acompañar al proceso de sanación. Gran parte de nuestro miedo y nuestro dolor se derivan del sentimiento de que el mundo no es un lugar seguro para nosotros. Cuando el mundo es peligroso y depredador, lo que hacemos es levantar nuestras defensas, y nuestra armadura psicológica viene detrás. El espacio sagrado crea un entorno en el que podemos bajar las defensas, en el que podemos explorar nuestras partes más suaves, tiernas y vulnerables. El espacio sagrado nos da también acceso a los sanadores luminosos, los hombres y las mujeres medicina que nos ayudan desde el mundo del Espíritu.

Desde muy temprano se nos enseñó que lo sagrado se encuentra en el interior de los templos, de las catedrales o, quizás, en algún hermoso lugar de la naturaleza. Pero, ¿acaso las cuatro paredes de una iglesia crean el espacio sagrado? ¿O bien serán las oraciones pronunciadas allí durante años? ¿Cuántas oraciones hacen falta para crear un espacio sagrado? Quizás una oración, pronunciada desde el corazón, sea suficiente. Usted puede crear el espacio sagrado y convocar el poder sanador de la naturaleza en cualquier parte de la Tierra. Yo utilizo la invocación que aparece al principio de este capítulo. No me la enseñó nadie, si bien contiene elementos, como el de las cuatro direcciones y sus animales arquetípicos, que comparten muchos pueblos nativos americanos. Es nueva y antigua al mismo tiempo. Puede usted usarla hasta que se le revele su propia oración. Aunque son necesarios ciertos componentes para crear el espacio sagrado, usted podrá implantar, con el tiempo, su propia expresión personal. Por ejemplo, observe que la oración está anclada en las cuatro direcciones espaciales. Invoca a los cuatro puntos cardinales, y también al arriba y al abajo. Las seis direcciones más el chamán, que está en el centro, representan los siete principios organizadores del Universo. La serpiente representa 147

el principio vinculante; el jaguar es la fuerza renovadora; el colibrí representa el viaje épico de la evolución y el crecimiento; y el águila o el cóndor suponen el principio autotrascendente. El Cielo es la fuerza creadora; la Tierra es la fuerza receptiva. Cuando uno los convoca, se sintoniza con las fuerzas que animan toda forma de vida.

El acuerdo entre el chamán y el Espíritu consiste en que, cuando el chamán lo llama, el Espíritu responde. Poderosos hombres y mujeres medicina del mundo del Espíritu aparecen en la forma de seres luminosos que nos ayudan en nuestro trabajo de sanación. Literalmente, utilizamos las cuatro direcciones cardinales para trazar nuestros derroteros en el mundo material. Vamos hacia el norte para ver osos polares; vamos al sur en invierno, nos desplazamos a la costa este o a la costa oeste. Para el chamán, estas direcciones personalizan también cualidades y energías. Si podemos imaginarnos el movimiento de estas energías, del mismo modo que el informe meteorológico de la noche nos muestra una corriente de chorro que lleva la lluvia de una región a otra, podremos comprender cómo se mueve la energía en el espacio. Las cualidades de cada una de las cuatro direcciones vienen representadas por animales arquetípicos. Estas criaturas son algo más que símbolos; son energías o espíritus pri mordiales. Cada arquetipo tiene una vida y unos poderes propios. Los animales arquetípicos de los puntos cardinales varían entre las distintas culturas nativas de las Américas. Para mí, el colibrí representa la dirección norte, mientras que para ciertos pueblos indígenas norteamericanos es el búfalo el que representa esta dirección. Aunque las representaciones varían de una cultura a otra, las propiedades de estas energías siguen siendo las mismas, porque encarnan los mismos principios organizadores de la naturaleza. Lo importante no es qué nombre les ponernos a estas energías, ni siquiera qué arquetipo utilizamos; lo importante es llegar a conocerlas lo suficientemente bien como para que, cuando las invoquemos, respondan. La llamada procede del

corazón; la voz es la de nuestro amor; y el Espíritu responde. Cuando hacemos una invocación dentro del espacio sagrado, el Universo conspira en tu provecho.

Conocí al padre Alexander, un sacerdote de Chicago, cuando se inscribió en nuestro programa de formación. Dos años después de ese encuentro, el obispo lo llamó para que se hiciera cargo de una iglesia cuyo rector se había puesto enfermo. La iglesia había emprendido un importante proyecto de restauración. El techo tenía 148

goteras, y las vidrieras necesitaban un repaso. Desgraciadamente, la parroquia se había quedado sin dinero. Pero, para complicar aún más las cosas, la congregación había ido disminuyendo; la carencia de espacio para crear un estacionamiento de automóviles dificultaba el que los parroquianos de mayor edad pudieran trasladarse a la iglesia cuando la nieve y el hielo cubrían el suelo.

Pocos días después de ocupar su puesto, estando la iglesia vacía, el padre Alexander abrió el espacio sagrado encima del altar mayor, invocando a las cuatro direcciones, a los Cielos y a la Madre Tierra. Sintiendo que se encontraba en una situación insostenible, como un capitán que hubiera sido puesto al mando de un barco que se hunde, estaba dispuesto a intentarlo todo. Había decidido dejar el espacio abierto durante un mes, por ver si se producía algún cambio. A la semana siguiente, mientras él y otro sacerdote exploraban las distintas salas del complejo, se encontraron con una puerta que no había manera de abrir. Llamaron al carpintero, que tuvo que quitar la puerta del marco. Y

descubrieron que el pasaje cerrado llevaba al campanario, una sala la mitad de grande que una cancha de baloncesto, que, para su consternación, se encontraba enterrada bajo una capa de casi dos metros de excrementos de murciélagos. Además del peligro que suponía para la salud, el peso de los excrementos amenazaba con derrumbar el campanario. Las cosas parecían ir de mal en peor.

El padre Alexander se fue al altar mayor, reabrió el espacio sagrado y llamó a un experto para deshacerse de los excrementos de murciélagos acumulados durante décadas. Tras examinar la montaña de guano, d hombre le dijo al padre Alexander que el mejor precio que le podía ofrecer era de 40.000 dólares. El sacerdote sacudió la cabeza, consternado. El experto parecía desconcertado, y entonces le explicó que estaba dispuesto a pagar 40.000 dólares por el guano. Al parecer, las heces de murciélago constituyen uno de los mejores fertilizantes, pero es muy difícil conseguirlas en gran cantidad. El padre Alexander estaba eufórico. Podrían reparar el techo antes de que llegara el invierno. Días después, convencieron al ayuntamiento para que permitieran estacionar los automóviles los domingos en el estacionamiento del departamento de policía, que estaba al otro lado de la calle. Como resultado de todo esto, el padre Alexander está muy solicitado en la Archidiócesis de Chicago. Periódicamente, se le llama para que ayude a otras iglesias en dificultades; y, cada vez que va a una iglesia nueva, abre el espacio sagrado en el altar mayor. Está convencido de que, al hacer esto, el Espíritu acepta su invitación para que le preste la tan necesitada ayuda. Dentro del 149

espacio sagrado, tenemos a nuestra disposición una extraordinaria asistencia espiritual.

LOS ANIMALES DE PODER

La serpiente

Cada uno de los animales arquetípicos irradia un tipo de energía diferente. En el sur, la serpiente simboliza el conocimiento, la sexualidad y la sanación. Siendo quizás el arquetipo más universal, la serpiente siempre ha representado el poder sanador de la naturaleza. El báculo de la medicina, o caduceo, está compuesto por dos serpientes entrelazadas en torno a una vara. Moisés llevaba un báculo con una serpiente tallada, cuando guió a los israelitas a través del desierto. En la mitología occidental, fue la serpiente la que nos trajo el fruto del árbol del conocimiento. Y en Oriente, es la serpiente enrollada de la energía kundalini.

La serpiente representa la conexión primordial con lo femenino y, de este modo, es un símbolo de fertilidad y sexualidad. La serpiente no representa el sexo *per se;* ésta es una interpretación errónea muy habitual. En realidad, la serpiente simboliza la fuerza vital esencial que busca la unión y la creación. Recuerde que cada una de las células de nuestro cuerpo intenta dividirse y procrear. En la naturaleza, la fecundidad es el principio creador del cosmos. Podemos convocar el principio creador del sur invocando al arquetipo de la serpiente. Cuando trabajo con una cliente que ha perdido la pasión por vivir, que ha agotado sus energías y su entusiasmo, la conecto con las energías

del sur y la envío a casa acompañada por el espíritu de la serpiente. Sé que, de este modo, se reavivará su deseo de vivir.

El jaguar

El animal del oeste es el jaguar. El jaguar renueva y transforma la vida de la selva. Mientras que la serpiente representa el poder de sanación, que es gradual y creciente, el jaguar implica la transformación súbita, vida y muerte. Quizá nos parezca extraño que la fuerza transformadora del Universo esté asociada también con la muerte; pero, para los antiguos nativos americanos, estas dos energías estaban cortadas del mismo paño. Aquello que perdura siempre está cambiando y renovándose a sí mismo, mientras que lo que no cambia perece. Ellos sabían que los estados firmes y estables eran sólo 150

temporales, porque todo en el Universo está en flujo constante. En Norteamérica, los chamanes le prendían fuego al monte bajo, desatando de forma controlada las fuerzas que representa el jaguar. Con esto prevenían el que un rayo pudiera iniciar un incendio que arrasara el bosque entero. Reconocían que el caos y el orden, la expansión y la contracción, constituían el ciclo natural de la vida.

Cuando nos ponemos enfermos, no sólo tenemos la oportunidad de recuperar la salud, sino también de dar un salto cuántico hasta un nivel de bienestar mucho mayor. La sanación es un método que no sólo elimina los síntomas, sino que también permite alcanzar estados crecientes de salud. Yo he trabajado

con clientes de más de sesenta y de setenta años que afirman no haberse sentido mejor en su vida. Ésta es la energía del jaguar. Un sistema estable no cambia fácilmente. Las personas cambian, generalmente, no cuando las cosas les van bien, sino cuando les van mal. Las crisis, por tanto, se convierten en oportunidades. Podemos transformar nuestro cuerpo de tal modo que sane con mayor rapidez y envejezca de forma más elegante incorporando las fuerzas que representa el jaguar. Yo he llegado a creer en la metáfora de que tenemos siete vidas, como los gatos. Cuando llegamos al término de una de esas vida (otras personas quizá las llamen estadios o fases de la vida), lo importante es darle al viejo yo un funeral decente, y luego saltar como un jaguar hasta aquello en lo que nos vamos a convertir. De otro modo, podemos malgastar los años parcheando y remendando un viejo yo que está caduco.

El jaguar es el mayoral de la selva y el guardián del pórtico de la muerte. El jaguar ayuda a desmembrar aquello que debe morir con el fin de que lo nuevo pueda nacer. El huracán encarna el poder caótico del jaguar. La colmena, o cualquier otra colonia, con su complejidad y su belleza, manifiestan el poder organizador del jaguar. La energía del jaguar actúa al nivel de una población, de una organización o de una persona. A veces, conviene que un matrimonio se disuelva, con el fin de que las partes sobrevivan y conserven la salud. A veces, un pueblo debe ser abandonado, para que sus miembros puedan prosperar en un sitio diferente. Por todas partes, en las Américas, nos encontramos con evidencias arqueológicas de pueblos que quedaron desiertos sin razón aparente para nosotros. Pero sus pobladores lo hacían

así en respuesta a la naturaleza cíclica del orden y el caos. Los anasazi del sudoeste norteamericano, los mayas y los incas abandonaban periódicamente sus hogares para construir nuevos pueblos en otros lugares.

151

En 1997, un incendio fuera de control arrasó la selva montañosa en torno a Machu Picchu. Se estuvo combatiendo el fuego durante días, mientras las llamas saltaban de una montaña a otra y consumían miles de hectáreas. Ocurrió durante la estación seca, en un momento en que nunca llueve en esta parte de los Andes. Cuando el fuego se encontraba a unos cuantos centenares de metros de Machu Picchu, una mujer medicina llegó para realizar una ceremonia en las ruinas. Todo el mundo tomó parte en el ritual, hasta los arqueólogos. Y, cuando el fuego entró en la Ciudad de la Luz inca, el cielo se nubló de pronto y llegaron las lluvias, apagando el fuego. La chamana dijo que había sido el mismo espíritu de la selva, en la forma de un jaguar, el que había respondido a su llamada y había traído la lluvia. Yo creo que su ceremonia devolvió el equilibrio a la tierra, y las lluvias vinieron.

En Bali hay una leyenda de un pueblo en el que no llovía desde hacía seis años. Ninguno de sus chamanes había sido capaz de traer de vuelto las lluvias; estaban tan enredados con los patrones locales que no podían influir en ellos. Los campos se agostaban, y las gentes del pueblo estaban cansadas de vivir de la generosidad de sus vecinos. Le pidieron que viniera en su ayuda a una chamana de un pueblo de dos montañas más allá. Ella solicitó a la gente del pueblo una cabaña donde hacer ayuno

y meditar. Al tercer día, mientras salía de la cabaña, el cielo se oscureció y los truenos retumbaron por todo el valle. Poco después comenzó a llover. El pueblo entero salió a celebrarlo. Todos se pusieron a bailar bajo la lluvia. Cuando los ancianos le preguntaron qué había hecho, la mujer respondió: «Cuando llegué, su pueblo estaba tan desequilibrado que yo también perdí el equilibrio. Ése es el motivo de que tuviera que meterme en la cabaña para ayunar y rezar. Cuando recuperé el equilibrio, su pueblo también lo hizo, y vinieron las lluvias».

Cuando trabajo con un cliente en crisis, que quizá sienta que su vida está más allá de todo arreglo, lo envío a casa con un jaguar. Normalmente, mi cliente cree que se trata sólo de una metáfora. Pero yo sé que el principio de la vida y la muerte representado por el jaguar lo va a ayudar a que mueran esas partes de sí mismo que necesitan morir, así como a recuperar la esperanza y alcanzar un nuevo equilibrio desde el caos. La energía del jaguar se puede invocar para contener la expansión caótica de un cáncer o de un incendio en el bosque. Se puede invocar para ayudar a que una persona moribunda encuentre la paz en el caos que acompaña al proceso de muerte, y para que la guíe en su viaje al mundo del Espíritu.

La gente de la selva también reverencia al jaguar porque es capaz de transformar las energías pesadas dentro del campo de energía luminosa. Las leyendas dicen que, cuando el jaguar entra en una ceremonia, devora las emociones negativas de la ira, el miedo y el dolor. El jaguar es un equipo de limpieza espiritual,

que transforma las energías espesas y pesadas en luz. Como protector de toda vida, el jaguar salvaguarda el espacio ceremonial contra cualquier energía negativa que pueda penetrar en el círculo de sanación. Cuando un cliente precisa de protección espiritual o psicológica, lo conecto con la energía del jaguar. Habitualmente dicen ver un gran felino medicinal en sus sueños. Para utilizar esta energía con el fin de sanar o de devolver el equilibrio en la vida, tenemos que familiarizarnos personalmente con el espíritu del jaguar.

El colibrí

En la dirección norte, el colibrí representa el coraje que se requiere para embarcarse en un viaje épico. Los colibríes migran sobre el Atlántico, yendo todos los años desde Brasil a Canadá. A primera vista, el colibrí no parece estar demasiado preparado para un vuelo trasatlántico. No tiene la envergadura de alas del águila, ni su pequeño cuerpo puede almacenar demasiado alimento. Sin embargo, responde a una ancestral llamada para embarcarse en este vuelo épico. Responde a la llamada cada año, del mismo modo que el salmón vuelve río arriba hasta el lugar donde nació. Cuando trabajo con una cliente que está iniciando un viaje épico en su vida, la ayudo a conectar con la energía del colibrí. No se trata sólo de una inspiradora metáfora de un viaje, sino de una conexión energética con este principio de la naturaleza. En cuanto somos alcanzados por la energía de este arquetipo, nos vemos impulsados en nuestro viaje épico que, con el tiempo, nos llevará de vuelta a nuestro origen, donde nació

nuestro espíritu. En ese ancestral campo de flores, podemos beber profundamente del néctar de nuestra vida.

La energía del norte nos ayuda a embarcarnos en grandes viajes, a despecho de los grandes riesgos que haya que afrontar. Cuando no disponga de suficiente tiempo o dinero, o cuando no sepa cómo conseguir lo que pretende, el colibrí le proporcionará el coraje y la orientación necesarios para el éxito.

Los arqueólogos saben que los primeros americanos cruzaron el puente de tierra del estrecho de Bering hace miles de años. Atravesaron Alaska y, luego, descendieron por lo que ahora son Canadá y Estados Unidos. ¿Qué impulsó a aquellos primitivos americanos a cruzar aquel gélido puente de hielo para llegar al Nuevo Mundo? ¿Por qué, después de tan gran travesía, no se quedaron en Norteamérica, donde había bosques exuberantes y abundante caza, sino que prosiguieron su arduo viaje a través de los estériles desiertos del norte de México, hasta poblar el resto de los continentes americanos? Los seres vivos gustan de explorar y descubrir, y este instinto opera en todos y cada uno de nosotros. Cuando negamos la llamada del colibrí, comenzamos a morir. Cuando optamos por la comodidad frente al descubrimiento, o comprometemos el anhelo de crecimiento del alma, comenzamos a marchitamos. Y cuando despertamos de

nuevo el gran instinto de aprender y de explorar, nuestra vida se hace menos banal y prosaica, y se vuelve épica.

El águila

La dirección este está representada por el águila y el cóndor, que traen visión, claridad y previsión. El águila percibe el panorama completo de la vida sin atascarse en sus detalles. Las energías del águila nos ayudan a encontrar la visión directriz de nuestra vida. Los ojos del cóndor ven el pasado y el futuro, y nos ayudan a saber de dónde venimos y en qué nos vamos a convertir. Cuando trabajo con un cliente que está atrapada en sus traumas del pasado, la ayudo a conectar con el espíritu del águila o del cóndor. Cuando esta energía impregna el espacio de sanación, mi cliente suele ser capaz de alcanzar una nueva claridad y discernimiento en su vida. No se trata de un discernimiento intelectual, sino de una llamada, tenue al principio, que difícilmente se escucha conscientemente. Sus posibilidades la atraen y la impulsan a salir de su dolor y a sumergirse en su destino.

Creo que, aunque todo el mundo tiene un futuro, sólo determinadas personas tienen un destino. Tener un destino significa vivir tu potencial humano más pleno. No necesitas convertirte en un político o un poeta famoso, pero tu destino ha de estar dotado de significado y de propósito. Se puede ser barrendero y vivir un destino. Se puede ser presidente de una gran empresa y estar viviendo una vida

carente de sentido. Uno puede hacerse disponible a su destino, pero hace falta mucho coraje para ello; de lo contrario, nuestro destino pasará de largo, dejándonos sin la satisfacción que experimentan aquellos que optaron por tomar el sendero menos transitado. El águila nos permite elevarnos por encima de batallas insulsas que ocupan nuestra vida y nos consumen energía y atención. El águila nos da alas para remontarnos por encima de las triviales luchas cotidianas y elevarnos hasta el Cielo. El águila y el cóndor representan el principio autotrascendente de la naturaleza.

Los biólogos han identificado el principio autotrascendente como uno de los principales agentes de la evolución. Las moléculas vivas intentan trascender su yoidad para convertirse en células, luego en organismos simples, que después forman tejidos, más tarde órganos y, finalmente, evolucionan hasta convertirse en seres complejos, como los seres humanos o las ballenas. Cualquier salto trascendente es inclusivo con respecto a todos los niveles que hay por debajo. Las células son inclusivas respecto a las moléculas, y sin embargo las trascienden; los órganos son inclusivos respecto a las células y, sin embargo, van más allá de ellas; las ballenas son inclusivas respecto a los órganos, y, sin embargo, no pueden ser descritas por ellos, dado que el todo trasciende la suma de las partes.

El principio trascendente que representa el águila afirma que los problemas en determinado nivel se resuelven mejor subiendo al nivel siguiente. Los problemas de las células los resuelven mejor los órganos, mientras que las necesidades de los órganos las

aborda mejor un organismo como la mariposa o el ser humano. El mismo principio opera en nuestra vida. Piense en las matrinskas, esas muñecas rusas de madera que se introducen unas dentro de otras. Las necesidades materiales estarían representadas por la muñeca más pequeña, en el centro. La muñeca emocional, más grande, la engloba, y ambas están contenidas dentro de la muñeca espiritual, la externa. Así pues, no podemos satisfacer las necesidades emocionales con cosas materiales, pero sí que podemos satisfacerlas espiritualmente. Cuando ascendemos un nivel, nuestras necesidades emocionales encuentran solución. Nos elevamos por encima de nuestros dilemas vitales sobre las alas del águila, y vemos nuestra vida con perspectiva.

155

El Cielo y la Tierra

Las dos últimas direcciones, arriba y abajo, representan lo masculino y lo femenino. El Sol, en el cielo, es la fuerza vital creadora. Los pueblos antiguos observaron que, aunque el cielo parecía moverse durante el transcurso de la noche y con las estaciones, las estrellas no cambiaban de posición relativa. Las constelaciones guardaban siempre la misma relación unas con otras. El sol se elevaba en el este en el mismo lugar cada solsticio de verano. En las tradiciones incas, todas las oraciones se

dirigían en primer lugar hacia el sur, dado que la Cruz del Sur es el único punto del cielo que no cambia, mientras que el resto de estrellas rota durante la noche. (La Estrella Polar no es visible desde el hemisferio sur, de manera que la orientación se realizaba siempre hacia el sur.) El poder del Cielo es lo inmutable, lo que no cambia. El chamán lo invoca para preservar y perpetuar, aunque entiende que la vida es un delicado equilibrio entre lo cambiante y lo inmutable. Los incas creen que el alma tiene tres partes. Cuando la persona muere, una parte de su alma –la parte cambiante– vuelve a la Tierra y es reabsorbida por la naturaleza, haciéndose una con toda la vida. Otra parte –el poder y la sabiduría del alma– vuelve a las montañas sagradas, y la tercera parte –la inmutable– regresa al Sol. Muchos de los ritos de paso más avanzados del chamán pretenden ayudarlo a uno a reconocer qué parte de sí mismo es la que vuelve al Sol, cuál es la parte perpetua e inmutable.

La Tierra es el principio receptivo y nutricio. Su poder es protector y renovador. Las hojas del verano se convierten nuevamente en rico suelo. Los cuerpos de los antepasados se reabsorben en la ecosfera y se hacen uno con los árboles, los pastos y las montañas. Las semillas germinan en el oscuro y fértil regazo de la Madre Tierra. Toda forma de vida emerge de su vientre húmedo y se nutre en su abundancia. Las cambiantes estaciones representan la cualidad mutable de la Tierra. En la historia del Génesis, la Tierra y los Cielos eran uno en un principio. Así pues, lo cambiante contiene en su interior lo inmutable. El vientre oscuro del espacio contiene al sol. Aunque las hojas de la primavera cubran la Tierra en el otoño, no es más

que para traer nueva vida tras el invierno. Al invocar las energías del Cielo y la Tierra nos reconectamos con los ciclos naturales de nuestra vida. Pero lo más importante es que nos permite abrazar a la madre que 156

siempre nos alimentará y al padre que nunca nos abandonará. El regreso al hogar con la madre y el padre primordiales tiene un tremendo efecto sanador en las heridas de la infancia. Muchos de mis clientes que han sufrido algún tipo de abandono pasan por enormes cambios por el mero hecho de abrazarse a la Madre Tierra y al Padre Cielo como progenitores naturales. Siempre ayudo a mis clientes a conectar con las energías del Cielo y de la Tierra, con independencia del trastorno o del asunto por el que hayan venido a verme. Cuando rendimos homenaje a los Cielos, estamos reconociendo a nuestros hermanos y hermanas estrellas, y consagramos nuestro esfuerzo sanador al Gran Espíritu, al Creador de todo.

CÓMO ABRIR EL ESPACIO SAGRADO

Utilice la invocación que hay al comienzo de este capítulo. Puede hacer usted una purificación inicial sahumando el espacio con una varita de salvia o asperjando un poco de agua perfumada si lo desea. Los chamanes de todas las Américas acompañan sus oraciones sahumando salvia o incienso con una pluma en la dirección apropiada, esparciendo unas cuantas gotas de agua perfumada en la dirección a la que se dirigen, o elevando la mano hacia el cielo y rindiendo homenaje a cada uno de los puntos cardinales. Usted tendrá que determinar los puntos; lo

ideal es que lo haga con una brújula, pero una buena aproximación, basada en su conocimiento del paisaje, puede estar bien.

Comience orientándose hacia el sur. Sahume o asperje el agua perfumada hacia el sur y, luego, levante la mano, con la palma hacia arriba. Recite el primer verso, invocando a la serpiente. Recorra cada una de las direcciones, por turnos, mientras repite el proceso. Toque la Tierra y mire hacia los Cielos cuando dirija sus plegarias allí. El espacio sagrado se cierra dándole las gracias a la serpiente, al jaguar, al colibrí y al águila. Libere sus energías y deje que vuelvan a las cuatro esquinas de la Tierra. Para conectar con la energía de una de estas direcciones, no cierre esa dirección. En vez de eso, invoque a ese arquetipo para que entre en usted y lo acompañe en su sendero. (Yo hago esto volviéndome al este, por ejemplo, y, en lugar de cerrar esa dirección, soplo el espíritu de ese arquetipo en el chakra corona de mi cliente. Imagino que el espíritu del águila entra en él y da forma a su vida.) Luego, dé las gracias a la Madre Tierra y al Padre Cielo.

CÓMO EXPANDIR EL CAMPO DE ENERGÍA

LUMINOSA

Además de mediante la invocación a las direcciones, existe otra forma potente de crear el espacio sagrado. Para ello, tendremos que utilizar la luz del octavo chakra, el que se encuentra por encima de la cabeza. La potencia del espacio sagrado se amplifica enormemente cuando expandimos este globo radiante y descansamos en su interior. El octavo chakra se encuentra dentro del campo de energía luminosa, aunque fuera del cuerpo físico. Es esa parte de nosotros que siempre es una con Dios. Si lo expandimos como una cúpula de cristal, nos podremos sentar en su interior y protegernos de las interferencias del mundo.

Imagine su octavo chakra como un pequeño sol radiante encima de su cabeza. Algunas personas experimentan una sensación cálida o fría cuando sienten su membrana. Perciba su pulso y su frecuencia. ¿Parece vibrar? ¿Tiene un ritmo? Utilice su imaginación para visualizar un globo del color del sol naciente. Imagine su trémulo resplandor en su superficie, rizada como si la recorrieran las olas, bañando su cuerpo en naranjas y amarillos.

Llévese las manos al pecho en posición de oración y, luego, lentamente, eleve las manos, todavía en posición de oración, hasta que se encuentren por encima de su cabeza. Sienta cómo las puntas de sus dedos entran en el globo del octavo chakra. Sienta cómo este sol giratorio cede y se abre a usted. Muy lentamente, como un pavo real abriendo la cola, expanda la circunferencia de este globo brillante hasta que lo envuelva,

girando las palmas de las manos hacia fuera y extendiendo los brazos. Siga bajando los brazos hasta que las manos toquen la silla, y disfrute de la luz de su octavo chakra.

Siéntase dentro de esta esfera luminosa. Sienta el silencio y la quietud que impregnan este espacio. Preste atención a su respiración. Fíjese en la inspiración y, luego, espire suavemente. Explore el interior de este globo radiante con su conciencia. ¿Qué sensación le causa la membrana interior? Yo la imagino como una gran burbuja, con oleadas de colores que la recorren; y, sin embargo, con una definida radiación propia, como un sol. Éste es el recipiente que alberga su alma entre encarnaciones. Cuando haya explorado este espacio a satisfacción, con los brazos extendidos, eleve las manos lentamente, como un pavo real cerrando la

cola, hasta que haya devuelto este luminoso chakra a su posición original, encima de su cabeza. Sienta cómo brilla. Llévese las manos de nuevo al pecho, en posición de oración, para terminar el ejercicio.

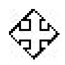
Es muy importante cerrar siempre el espacio sagrado una vez haya concluido su trabajo, devolver el globo luminoso del octavo chakra a su lugar, encima de la cabeza. Libere a los espíritus de la serpiente, el jaguar, el colibrí y el águila. Dé las gracias al Cielo y a la Tierra. Si no se cierra el espacio sagrado, lo contaminamos como lo haríamos con un manantial de agua fresca. Los animales arquetípicos ya no vendrían a usted, y las fuerzas de la naturaleza dejarían de responder a su llamada.

Invoque el espacio sagrado con el mayor de los respetos.

Mantener el espacio sagrado es corno mantener el tono de una única nota. Su canción debe ser auténtica y cristalina para que su calidad sea pura. Cuando uno está en presencia del chamán maestro o de un gran maestro espiritual, siente una diferencia en la calidad del espacio. La energía es limpia; hay cierto magnetismo en la sala. Precisa de todo nuestro amor y de toda nuestra intención, así corno de práctica, mantener el espacio sagrado algo más que unos instantes. Con la práctica, no obstante, lo hará sin esfuerzo. El espacio se sustenta a si mismo.

TERCERA PARTE

EL TRABAJO
DEL CHAMAN



Antes de poner a prueba las siguientes técnicas con un cliente, asegúrese de que ha recibido la preparación adecuada en las prácticas de sanación luminosa. Los procesos de iluminación y de extracción requieren de un grado de maestría que uno sólo adquiere mediante una práctica supervisada. El proceso de iluminación metaboliza las energías pesadas que congestionan un chakra, quema los residuos tóxicos y limpia las huellas de la enfermedad en el campo de energía luminosa. Yo insisto en que mis alumnos dominen el arte de mantener el espacio sagrado antes de que practiquen una iluminación. Éste es el equivalente a una sala esterilizada donde se lleva a cabo una operación quirúrgica. Por muchas técnicas quirúrgicas que se conozcan, no servirán de nada si la sala esta contaminada. Aparecerán infecciones, y el paciente se pondrá muy enfermo. De igual modo, el espacio sagrado genera un entorno seguro donde las energías nocivas no pueden entrar. Yo les hago saber a mis alumnos que, cuando su espacio sagrado se viene abajo, se ponen en peligro, tanto ellos como sus clientes. Usted mantiene el espacio sagrado

gracias al enfoque de su intención. Ésta es la razón de que sea tan útil practicar meditación o yoga. Las personas que meditan han aprendido a aquietar su mente y a enfocar su conciencia. En un estudio llevado a cabo hace algunos años, unos practicantes de meditación zen fueron capaces de regresar al estado alfa (las ondas cerebrales que se sitúan en torno a los ocho ciclos por segundo) de forma ininterrumpida. Si un ruido fuerte rompía la calma, su estado de meditación se alteraba, pero a los pocos segundos eran capaces de regresar al estado alfa. Por otra parte, cuando los no meditadores se distraían a causa de un ruido fuerte, eran capaces de recuperar la calma durante varios minutos, si es que conseguían recuperarla.

El proceso de extracción le va a permitir eliminar energías que han cristalizado y han arraigado en el cuerpo de su cliente. Esta técnica requiere de un sentido sinestésico finamente desarrollado. También es útil que el sanador haya desarrollado la segunda conciencia, la manera de ver del chamán. Este proceso extrae las energías o entidades intrusas que puedan estar afligiendo a su cliente. He visto que son muchas las personas que sienten cierto rechazo a la idea de energías o entidades intrusas. Nosotros preferirnos pensar que el mundo invisible está poblado tan sólo por seres luminosos benéficos, y animo a mis alumnos para que no dejen que sus ideas preconcebidas interfieran con su experiencia. Puede resultar impactante darse cuenta de que hay

energías y entidades perturbadoras capaces de afectarnos, pero constituye un gran alivio saber que existen formas mediante las cuales podernos ayudar a aquellas personas que sufren estos trastornos. He podido comprobar que el proceso de extracción puede lograr en sólo una sesión lo que la psicoterapia no puede conseguir en años.

No hace falta que usted sea chamán para realizar los ritos de muerte. Deseo de todo corazón que nunca tenga que practicar estos ritos, pero lo cierto es que la mayoría de nosotros vamos a tener que asistir a alguien querido en su tránsito al mundo del Espíritu. Estudie estos ritos ahora para que pueda adquirir cierta práctica con ellos. Asistir a un progenitor en su tránsito final es el mayor regalo que puede hacerle usted a la persona que lo trajo a este mundo.

7
EL PROCESO DE ILUMINACIÓN

Tres días de ayuno. Encontré la cueva casi de casualidad, después de buscar por entre la maleza durante horas. Había comenzado a llover cuando vi un saliente rocoso y pensé que allí podría encontrar refugio. Antonio me había enviado a buscar el Templo de la Luna, por detrás de Machu Picchu.

–Cuidado con las víboras –me dijo, mientras me decía adiós con la mano, con una sonrisa en los labios.

Algunas veces no entiendo su sentido del humor. No he visto ni una sola serpiente, aunque sí que me he hecho cortes y magulladuras atravesando la maleza. Aquí no hay senderos;

sólo los restos imprecisos de un peldaño de granito aquí o una terraza derruida allí.

La caverna tiene el tamaño de un autobús escolar, con una imponente mampostería inca. Hay docenas de hornacinas excavadas en las paredes. En la parte de atrás, allí donde dos de las paredes se unen en un ángulo, los canteros tallaron piedras triangulares cada vez más pequeñas que encajan a la perfección sin argamasa. La piedra más pequeña, arriba del todo, no es más grande que una caja de cerillas. Todo el lugar está cubierto de musgo, pero está seco.

Antonio había comentado que yo soy el que quita las malas hierbas y que él era el jardinero. Me acusa de que siempre estoy trabajando en sanar mis defectos, arrancando lo que me duele como si se tratara de malas hierbas. Me dijo que no crecía nada hermoso en el jardín de mi alma, que no sabía cómo regar las semillas de mi espíritu, que no sabía en qué me podía convertir. De manera que me envió a esta cueva para que buscara una visión, haciendo ayuno durante cinco días. Los dos últimos días los he pasado arrancando las malas hierbas de la cueva. Al fin y al cabo, esto lo hago bastante bien.

El suelo está limpio ahora, un suelo rico y oscuro que se compacta fácilmente.

He echado la tableta de chocolate que llevaba en el fondo de mi morral esta mañana. La he desenvuelto, me he guardado el papel de plata en el bolsillo y he echado el chocolate en la

selva. En lo único que he pensado durante los dos últimos días ha sido en ese trozo de chocolate.

Antonio tiene razón, lo único que hago es arrancar malas hierbas, y mi vida es una selva enmarañada y cubierta de maleza. Malas hierbas son lo único que crece en ella. A veces plantas exóticas, pero la mayor parte del tiempo son zarzas y enredaderas, en las que termino enredándome. Consumo todas mis energías para mantener limpio el suelo debajo de mí. ¿Cómo voy a plantar los árboles frutales y la frutas con los que quiero envejecer?

DIARIOS

La mitología occidental nos dice que vivimos en un universo depredador donde nos acechan constantemente unos microbios «malos» y unos jaguares hambrientos. Por otro lado, los hombres y las mujeres medicina creen que vivimos en un universo benigno. El mundo se nos muestra depredador sólo cuando estamos desequilibrados. El mundo actual está desequilibrado. Personas y cosechas sufren el asedio de microbios y virus depredadores. Los arsenales de antibióticos de los que disponemos no tardan en demostrarse ineficaces. El proceso de iluminación nos devuelve el equilibrio en lo que los chamanes incas llaman *ayni,* o relación adecuada, con los jaguares, con los microbios y con toda forma de vida, de manera que el Universo vuelve a sernos favorable.

El proceso de iluminación consigue la sanación de tres maneras. En primer lugar, quema los residuos y los depósitos que se adhieren a las paredes del chakra. Esto favorece a la longevidad y fortalece la respuesta inmunológica. En segundo lugar, hace entrar en combustión la energía tóxica que envuelve las huellas físicas y emocionales malignas. Esa energía es el combustible que emplea la huella para manifestarse. En tercer lugar, borra las huellas del campo de energía luminosa. El proceso de iluminación lleva la sanación al origen, al nivel del molde de nuestro ser. Cuando se borran estas huellas, uno puede cambiar con facilidad los comportamientos problemáticos y las

emociones negativas, 164

y se libera el poder del sistema inmunológico, hecho que acelera la sanación física.

Cada huella del campo de energía luminosa está vinculada a un chakra a través del cual libera sus datos tóxicos en el sistema nervioso central. La huella es la fuente, el chakra es el conducto y el sistema nervioso la red de distribución. Cada chakra contiene un mapa del paisaje emocional y físico de nuestra vida. Del mismo modo que una cadena de montañas se puede describir de diversas maneras (con un mapa aéreo, con un mapa de contornos, en el que se muestren los diferentes estratos del terreno, o con un mapa de densidad de población), los chakras contienen mapas de nuestra experiencia vital interpretada a través de diversas lentes. En el primer chakra están los mapas de la supervivencia. En el segundo, los mapas emocionales, y así sucesivamente. Para comprender mejor el problema de un cliente, suelo llevar a cabo una evaluación de chakras, con el fin de determinar qué centros energéticos se hallan comprometidos. Con esto, averiguo a través de qué chakra está actuando una huella campo de energía luminosa sobre el bienestar emocional y físico de mi cliente.

LA COMBUSTIÓN DE ENERGÍAS

Buckminster Fuller [18] solía decir que, del mismo modo que la Tierra le da vueltas al Sol, la luz del sol envuelve con bandas de luz las ramas y troncos de los árboles. Decía que, cuando

prendemos fuego a un leño en la chimenea, estamos liberando de nuevo la luz del sol. Todo cuanto vive es luz unida en la materia. Las ballenas comen plancton, y el plancton se alimenta de luz.. Nosotros nos alimentamos con plantas, y las plantas se alimentan de luz. Los animales que consumimos comen plantas, que a su vez se alimentan de luz. Todo está hecho de luz, hasta las energías oscuras que obstruyen los chakras y dan combustible a las huellas. Como un leño, que hay que poner en el fuego para que libere

18. Richard Buckminster Fuller (1895-1983) fue un visionario, diseñador, arquitecto, poeta, autor e inventor norteamericano, que consagró su vida a averiguar de qué modo podría sobrevivir la humanidad en la Tierra, cómo mejorar la situación del ser humano en un mundo donde las grandes organizaciones, los gobiernos y la empresa privada no se preocupan por nada de esto. *(N. del T.)*

su luz, estas energías han de ser consumidas (o extraídas, como veremos en el próximo capítulo). Los chamanes de los Andes

denominan a este proceso *mihuy,* que significa «digerir» o «quemar».

En las tradiciones chamánicas incas, no existen las energías «mala». Sólo hay energías que son «luz», y sustentan la vida, y «energías pesadas», que se pueden digerir. Su campo de energía luminosa hará entrar en combustión energías de forma natural y automática cuando envuelva a un cliente dentro de él. Los residuos que no se pueden consumir se devuelven a la Tierra, como las cenizas del fuego. El proceso de iluminación desliga la luz atrapada dentro de la materia. No hay ningún peligro de recoger o de absorber cualquier negatividad del cliente si está usted trabajando dentro del espacio sagrado. Las leyendas dicen que el espíritu del jaguar lo ayuda a uno a desprenderse de estas energías y a devolverlas a la luz. La luz liberada en la combustión, en *mihuy,* la reabsorbe su cliente, y de este modo se rellenan las reservas de combustible de su campo de energía luminosa.

El proceso de iluminación transforma las energías pesadas en luz, transforma las heridas emocionales en fuentes de poder y conocimiento. En la mitología, éste es el camino del sanador herido. A través de un proceso alquímico *(mihuy),* uno transforma sus propias heridas en fuentes de coraje y fortaleza. Sé que todas las heridas emocionales con las que un cliente llega hasta mí contienen valiosas lecciones. Una vez estas lecciones se aprenden, el cliente ya no necesita revivir esa dolorosa experien cia. Las heridas dejan de escribir el guión de la realidad y se convierten en regalos de amor y fortaleza. Lo que una vez fuera

una abrumadora historia se puede transformar en paz y compasión. La sanadora puede sentir empatía con el dolor del otro porque sabe lo que es el dolor. Al no sentirse ya abrumada por el pasado, es el mismo pasado el que la inspira, por difícil o doloroso que haya sido. Y, cuando se integran, estas experiencias templan el acero de su alma.

Conocí a Gail, una psicóloga junguiana de Houston, cuando se inscribió en nuestro programa de entrenamiento en sanación, y me sentí impresionado de inmediato por su generosidad y su compasión. Gail siempre disponía de tiempo para cualquiera que lo necesitara y podía encontrar una sonrisa y una palabra amable para todos. No tenía ni idea de que hubiera perdido a su hija de veinticuatro años poco tiempo atrás, de una enfermedad repentina. Tras su trágica pérdida, Gail rara vez salía de casa. Perdió el deseo de vivir, y los pocos alimentos que
ingería se los comía sola en su habitación. No había nada que su marido pudiera hacer para ayudarla a salir de su desesperación. Gail se pasaba las horas en contemplación. Al cabo de un año del fallecimiento de su hija, Gail salió de su melancolía. La depresión había pasado. Aquel año de soledad la había llevado a darse cuenta de que su destino era ayudar a tantas personas necesitadas como pudiera. Desde entonces, se ha convertido en una importante partidaria del Dalai Lama en Estados Unidos, y ayuda personalmente a innumerables tibetanos a reubicarse en el país.

Durante aquel año de duelo, Gail encontró el coraje para marcar la diferencia en el mundo. Ella ha influido en la vida de

innumerables personas de muy variada procedencia. Pero, por encima de todo, es un modelo, el modelo de una mujer que se enfrentó a la pérdida y al dolor y emergió más fuerte a la postre. No sólo integró las lecciones que la vida le había traído, sino que también se las ingenió para transformar una tragedia personal en una fuente de fortaleza y compasión.

Las lecciones se integran en un nivel energético. Cuando las energías tóxicas de un chakra entran en combustión, las semillas naturales de ese chakra pueden crecer. Cuando el miedo deja de habitar en nuestro vientre, florece la compasión; cuando la escasez deja de habitar en nuestro primer chakra, experimentamos el abundante amor del Universo. Cuando el dolor ya no mora en nuestro tercer chakra, podemos cambiar el mundo. Nuestra arquitectura luminosa cambia, y semanas después le sigue la comprensión intelectual. En nuestro trabajo, la comprensión siempre sigue a la sanación. El cambio ocurre primero en un nivel energético, en el núcleo, y luego el intelecto lo asimila. En cambio, en occidente, insistimos en que la comprensión debe preceder a la sanación. Primero rumiamos y racionalizamos el hecho de que nuestra madre o nuestro padre no fueran accesibles emocionalmente, y luego nos embarcamos en el cambio. En la sanación luminosa, la mente puede recibir la comprensión una vez el campo de energía y el cuerpo cambian, pero el intelecto nunca precede a la verdadera transformación.

El proceso de iluminación transforma las emociones pesadas relacionadas con el trauma y la enfermedad en energía vital nutriente. Los subproductos de la madera quemada, por ejemplo,

son el calor y la luz. Las energías pesadas se convierten en haces compactos que las hacen útiles para su uso como combustible y fuerza vital. Y del mismo modo no podemos calentarnos con un leño si no lo ponemos en el 167

fuego, tampoco podemos limpiar estas energías densas hasta que el proceso de iluminación libera la luz que hay dentro de ellas.

El primer paso consiste en quemar los residuos energéticos incrustados en el chakra. Tenemos que limpiar estas energías en el chakra de la misma manera que nos limpiaríamos una herida. Cuando nos hacemos una herida, nos la lavamos a conciencia, porque si dejamos que se acumule suciedad en ella, se infectará y no se curará. El mismo proceso tiene lugar en el campo de energía luminosa. La única diferencia estriba en que las heridas las limpiamos con agua y jabón, mientras que estas energías oscuras las limpiamos con fuego. El proceso de iluminación hace entrar en combustión las energías atrapadas en torno a la huella y las convierte en luz. Estas energías son la suciedad y la mugre que quemamos durante el proceso de iluminación. Una vez limpio, el chakra se convierte en un espejo dentro del campo de energía luminosa, y podemos leer sus mapas con todo detalle. Cuando empleo la segunda conciencia, puedo discernir el acontecimiento que causó la herida original.

La sanación psicológica ayuda a liberar la energía emocional atrapada en la huella, y nos permite comprender el incidente doloroso que la causó, pero la comprensión intelectual no limpia la huella subyacente en sí. Es como si la herida se limpiara, pero no se vendara. Al cabo de semanas o meses, la

energía emocional volvería a acumularse en torno a la huella y la reactivaría. Los temas psicológicos que creíamos haber sanado tiempo atrás vuelven a asomar sus feas cabezas, y reaparecen las conductas destructivas. (Ésta es una posible explicación de por qué algunas personas que sienten la necesidad de seguir yendo a terapia durante años; son personas que necesitan seguir limpiando la herida. Y, de hecho, recientemente ha habido un aumento súbito de interés hacia los procesos de sanación chamánicos por parte de los psicólogos.) Una vez el proceso de iluminación consume las energías en torno a la huella, se borran las huellas subyacentes. No queda marca alguna en el molde que pueda reorganizar la vieja realidad.

La transformación de energías emocionales tóxicas en luz es una ventaja esencial del proceso de iluminación, pero no constituye en sí todo el remedio. Después de llevar a la combustión los residuos en el chakra y en torno a la huella, utilizamos una luz limpia para sobrescribir la información contenida en la huella. Éste es el motivo por el que lo llamo proceso de iluminación; porque, cuando iluminamos un chakra, sobrescribimos la huella con luz pura, y lo hacemos con energía del sol 168

radiante del octavo chakra. Usted rocía el chakra abierto de su cliente con una corriente de luz solar dorada. Durante esta fase, el cliente suele hablar de sensaciones de paz y de profunda comunión con el Espíritu. Ésa es la experiencia del infinito.

El proceso de iluminación puede evocar recuerdos

dolorosos. No olvide que éste no es un proceso psicológico en el que un cliente recuerda traumas del pasado y habla de ellos con el terapeuta. La iluminación es un proceso energético. En vez de relatar incidentes, el cliente siente su dolor o su angustia como una ola de energía que lo recorre. Al término de la sesión de sanación, el cliente queda en un estado de paz o, incluso, de dicha. Yo le pido a mi cliente que recuerde la intensidad emocional del trauma que viene a sanar, y él siente la intensidad de la energía, pero no revive el dolor emocional de la experiencia y, normalmente, ni siquiera me cuenta todos los detalles hasta después de la sesión de sanación. Si estoy trabajando con un cliente que se sintió desatendido cuando era niño, le pido que recuerde los sentimientos de abandono o de dolor que experimentó durante el incidente. Esto me permite seguir el rastro luminoso que dejó este acontecimiento, encontrar el chakra afectado y localizar el origen de la huella en el campo de energía luminosa.

Yo doy instrucciones a mis clientes para que controlen en todo momento el proceso. A veces, pueden sentir intensas emociones, experimentar calambres en manos o piernas, o bien su cuerpo puede moverse nerviosa e involuntariamente. Si en algún momento se sienten incómodos, pueden lentificar el proceso cruzando los brazos sobre el pecho, el brazo derecho sobre el izquierdo. (Ésta es una técnica que se puede encontrar en todas las culturas para interrumpir el flujo de energía. A los faraones de Egipto se los enterraba en esta posición para protegerlos en su viaje a la otra vida, e incluso los artistas marciales de hoy en día la utilizan para bloquear los golpes.) Con ello, mis clientes saben

que pueden regular la intensidad de la experiencia, dándoles permiso para profundizar todo lo que deseen, o bien para lentificar o detener por completo el proceso.

EL PROCESO DE ILUMINACIÓN PASO A PASO

El proceso completo lleva alrededor de una hora, pero sólo conviene trabajar con un tema de sanación y un chakra durante una sesión de iluminación. Éstos son los pasos: 1. Evalúe al cliente.

2. Rastree las huellas.
3. Abra el espacio sagrado, invoque las direcciones.
4. Envuelva a su cliente en su campo de energía luminosa.
5. Presione los puntos de profundización durante diez minutos.
6. Abra el chakra afectado.
7. Presione los puntos de relajación durante cinco minutos.
8. Extraiga las energías densas del chakra, sacúdalas en la Tierra.
9. Invoque al jaguar para ayudar a metabolizar las

energías pesadas.

10. Ilumine para limpiar la huella.

11. Equilibre el chakra y cierre el campo de energía luminosa.

12. Procese con el cliente.

13. Cierre las direcciones.

Evaluación del cliente

Comienzo cada sesión preguntando a mi cliente por qué ha venido a verme. Esto me ayuda a identificar el tema energético, si es la primera vez que escucho la historia, y la escucho con atención, tomándonos todo el tiempo que sea necesario para que mi cliente sienta que se le ha escuchado. Con mucha frecuencia, dedico toda la primera hora a este asunto, pero no permito que se convierta en una sesión de psicoterapia. Estoy interesado en su historia, pero no en analizarla. Observo con atención el lenguaje corporal de mi cliente, tomando nota de adónde lleva las manos cuando describe su dolor o su problema, buscando pistas inconscientes que me indiquen dónde se halla la huella y el chakra asociado con ella .

Rastreo de huellas

Nosotros enseñamos a nuestros alumnos de la Healing the Light Body School a rastrear huellas en el campo de energía luminosa utilizando quinesiología aplicada, conocida también como prueba muscular. Esta técnica la desarrolló el doctor John Diamond, aun cuando los chamanes también emplean diferentes versiones de la prueba muscular. Éste es un procedimiento que utilizan habitualmente los quiroprácticos y otros terapeutas corporales para evaluar la alineación esquelética y muscular; pero nosotros lo hemos adaptado para rastrear huellas en el campo de energía luminosa. Hasta que usted desarrolle su capacidad para ver las machas relacionadas con las huellas de las enfermedades, esta técnica es la más práctica y fiable que he encontrado. Si se realiza con precisión, ofrece una lectura acertada de los trastornos en los sistemas energéticos del cliente. Y dado que es el cuerpo del cliente el que responde, y no su mente racional, podrá tener una relativa seguridad de estar obteniendo una información rigurosa.

Tanto la sanadora como la cliente deben quitarse todos los objetos metálicos que lleven encima; alhajas, relojes, *etc.* La cliente cierra los y extiende un brazo en horizontal delante de ella, de tal modo que quede en paralelo al suelo. Empuje hacia abajo con dos dedos la muñeca de la cliente, después de decirle que resista el empuje. La mayoría de personas son capaces de resistir la presión y de mantener el brazo extendido y en paralelo al suelo. Después, pídale que recuerde a alguien a quien ama, y pruebe de nuevo su fuerza. El brazo se mostrará fuerte, dado que las personas a las que amamos evocan una respuesta dinámica y fortalecedora en nuestros campos de energía. Luego, pídale a la

cliente que recuerde a alguien que le desagrade o a quien tema. El brazo se mostrará débil; es decir, cuando usted ejerza presión con sus dos dedos, el brazo cederá y bajará hacia el suelo, dado que el miedo y el juicio tienden a debilitarnos. Para verificar la precisión de la respuesta muscular, haga que la cliente visualice al Dalai Lama, al Buda, a Cristo, a la Diosa o a quienquiera que simbolice para ella el paradigma del amor y la compasión. Una vez más, los músculos se mostrarán fuertes. Sin embargo, visualizar la esvástica, que hemos aprendido a asociar con los campos de exterminio nazis, dará una respuesta muscular débil. Por último, pídale a la cliente que repita la palabra *sí*. El brazo dará una respuesta fuerte, mientras que con la palabra *no* dará una respuesta débil. Este último 171

paso es muy importante para compenetrarse con el sistema representativo de la cliente y con sus procesos inconscientes.

De cuando en cuando, se tropezará con algún cliente que mostrará señales inversas, en quien el brazo dará una respuesta fuerte cuando debería darla débil, y viceversa. Me he dado cuenta de que esta respuesta invertida se da en una de cada diez personas con las que trabajo. Sus sistemas neuroeléctricos están cruzados. En realidad, todos experimentamos este cruzamiento en algún momento u otro, y terminamos haciendo una lectura errónea de muchas señales que nos llegan del mundo exterior. Este trastorno se invierte fácilmente. La persona puede recuperar la respuesta normal si se le dan tres golpes secos en la glándula

timo (situada en el extremo superior del esternón) con las puntas de los dedos, mientras la persona evoca la imagen de alguien a quien ama. A partir de ahí, dará respuestas fuertes cuando se la ponga a prueba. El golpeteo en la glándula timo reinicia el sistema energético y lo devuelve a la polaridad correcta.

Para rastrear una huella, conviene darle energía primero recordando el acontecimiento doloroso que se relaciona con ella. Una huella en estado latente puede ser muy difícil de localizar. Equivaldría a un programa inactivo en el ordenador. Cuando se le da energía a la huella, la sanadora puede detectar de inmediato su paradero en el cuerpo luminoso, así como el chakra con el que está vinculada. Darle energía a una huella equivale entonces a poner en marcha un programa de ordenador. Se activa su código y, con ello, aparece en la pantalla, con todas sus operaciones e instrucciones. Para activar una huella, la cliente tiene que recordar de qué modo se sintió en el momento en que recibió el daño, tiene que rememorar el dolor, la pena, el pesar o la vergüenza que sufrió. El recuerdo intelectual no es suficiente. La cliente tiene que rememorar la intensidad de sus sentimientos y experimentarlos visceralmente durante unos instantes.

Esta prueba le permite al sanador percibir la presencia de una huella tóxica. En primer lugar, ponga a prueba la fuerza de la cliente pidiéndole que eleve el brazo horizontalmente delante de ella y, luego, que piense en su lugar preferido de la naturaleza. Cuando usted presione hacia abajo su muñeca con dos dedos, el brazo debería dar una respuesta fuerte. Luego, pídale que recuerde el incidente o acontecimiento doloroso que

usted está evaluando. Yo les pido a mis clientes que cierren los ojos y que sean muy específicos. Por ejemplo: «¿Dónde siente la vergüenza 172

(o el dolor) en el cuerpo? ¿Dónde le dolió, y cómo le dolió cuando ocurrió? ». O puedo decirle: «Muéstreme con un movimiento o una postura de qué modo lo siente». Si mi cliente no puede recordar el acontecimiento real, le pido que se concentre en sus sentimientos en ese momento. Si hay alguna huella relacionada con ese incidente, su brazo dará una respuesta débil. La diferencia será espectacular, por cuanto dará la impresión de haberse quedado sin fuerza.

John es uno de los alumnos de la Healing the Light Body School. Una mañana en que yo estaba explicando esta técnica, le pedí que hiciera el papel del cliente durante la demostración de la técnica para la clase. Mientras venía a la parte delantera del aula, me percaté de lo musculoso que era y de que parecía pavonearse con una actitud de «a ver si puedes conmigo». No estaba dispuesto a permitirme que le bajara el brazo, por mucho que yo me empeñara. Cuando le pedí que evocara su lugar preferido de la naturaleza, el brazo se le puso como una viga de acero. Pero, cuando recordó el dolor de su reciente divorcio y la separación forzosa de su hijo, el brazo se le quedó blando como la masilla. Se me quedó mirando desconcertado pues, para él, no había habido cambio alguno en su nivel de fuerza.

–Da la impresión de que esos dos dedos sean de plomo y pesen noventa kilos –dijo.

El cuerpo no miente. Cuando un cliente da un resultado

positivo sobre una huella, sigo el rastro hasta encontrar el chakra con el que conecta la huella cuando está activa. Siempre hay un chakra asociado con una huella activa, dado que no hay ningún otro modo mediante el cual la huella pueda transferir su información al sistema nervioso. Por ejemplo, supongamos que la huella de un cliente fue provocada por una experiencia de desatención en su primera infancia. Si veo afectado el segundo chakra, sé que esta huella puede estar activando problemas de autoestima. Si el chakra afectado es el de la frente (el sexto chakra), entonces sé que el incidente afectó a la capacidad de la persona para discernir la dirección de su vida, o bien que está intentando sanar un problema emocional a través del intelecto.

El sanador o la sanadora deben poner a prueba inmediatamente el chakra vinculado con una huella, mientras el campo de energía luminosa del cliente siga generando réplicas del dolor que recuerda. Yo les enseño a mis alumnos que pongan una mano sobre el primer chakra, a cinco centímetros de la piel, mientras la cliente mantiene el brazo extendido 173

horizontalmente, como antes. Empuje hacia abajo su muñeca, utilizando los dedos índice y corazón de la otra mano. Este procedimiento debe repetirse con cada uno de los chakras, comenzando con el chakra raíz y ascendiendo hasta el chakra corona. También sugiero a mis alumnos que hagan una breve pausa y tomen una inspiración profunda entre chakra y chakra, pero que actúen con rapidez, dado que las ondas provocadas por los recuerdos del trauma se desvanecerán rápidamente.

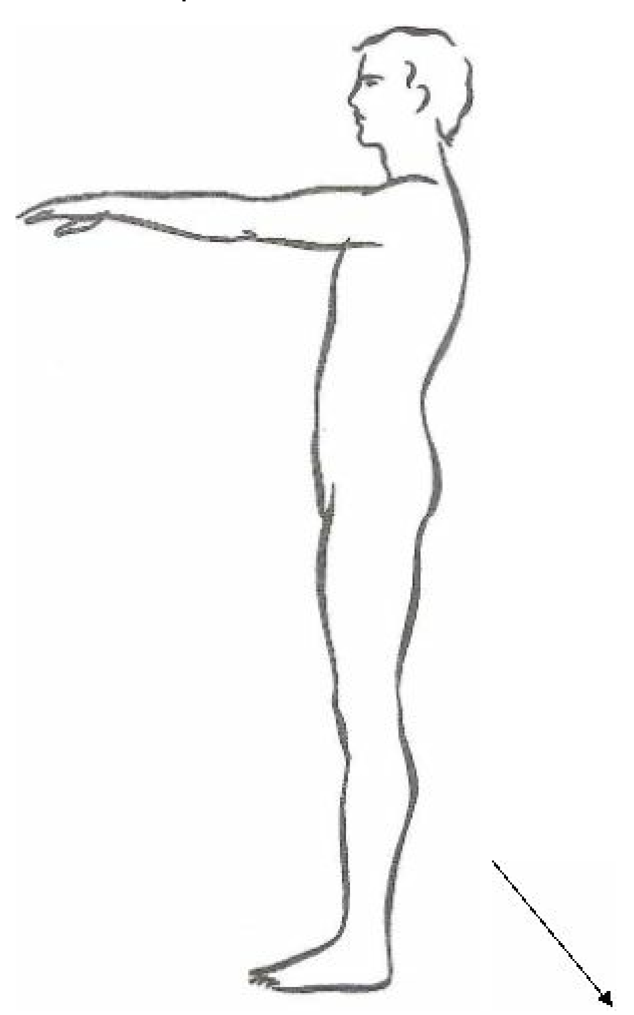
Puede ocurrir que varios chakras den una respuesta débil, indicando con ello que existen varios centros de energía vinculados con esa huella. Lo que queremos es identificar el chakra más bajo que da una respuesta débil, pues en ese chakra se halla la raíz del problema. Ése será el chakra afectado con el que tendremos que trabajar más tarde, durante el proceso de iluminación. Cuando este chakra quede limpio y la huella se borre del campo de energía luminosa, los chakras superiores recuperarán el equilibrio por sí solos.

Todos hemos pasado por experiencias dolorosas que no han dejado marcas en nuestro campo de energía luminosa. Cuando procesamos los sentimientos y las emociones en la época en que tiene lugar un acontecimiento traumático, no se graba huella alguna en el cuerpo luminoso. Si hacemos la prueba sobre estos incidentes, el cliente siempre dará una respuesta fuerte. Recuerdo el caso de un trabajador de la construcción que había perdido a sus padres en un accidente de automóvil un año antes. Había pasado muchos meses de duelo, y aún estaba llorando la pérdida de su madre y de su padre cuando hicimos la prueba en busca de una huella. Para sorpresa de ambos, dio una respuesta fuerte, indicando que no había huellas en el cuerpo luminoso vinculadas con es pérdida. Pocas semanas antes, no obstante, había presenciado cómo un compañero de trabajo se amputaba un dedo con una sierra eléctrica. Recordaba que el hombre se había puesto a cuatro patas buscando el dedo cercenado entre el serrín, mientras aullaba de dolor. Este incidente afectó tanto a mi cliente, que había sido incapaz de trabajar con las herramientas eléctricas desde entonces. Cuando le pedí que recordar cómo se

sintió cuando vio a su amigo buscando el dedo por el suelo, me encontré con que la fuerza lo abandonaba. De algún modo, este incidente se había grabado en su psique, pero tras dos sesiones de iluminación pudo trabajar de nuevo con las herramientas eléctricas sin experimentar ansiedad.

PRUEBA MUSCULAR

Empuje hacia abajo la muñeca con dos dedos, mientras el cliente resiste la presión



Las huellas del campo de energía luminosa sólo se pueden borrar a través del chakra afectado. En ellos se encuentra el dolor, la angustia o la vergüenza que un cliente puede haber llevado consigo durante muchos años. Cuando accedo a una huella a través del chakra correcto, su paisaje emocional comienza a revelarse por sí solo, y puedo sentir la herida original que provocó la huella en un principio.

Abrir el espacio sagrado

Es de vital importancia abrir un espacio sagrado antes de comenzar con el trabajo energético. El sanador puede abrir el espacio al comienzo de la jornada y cerrarlo cuando se vaya el último cliente, o bien puede abrir el espacio con cada cliente. Sea como sea, el cliente y el sanador estarán a salvo dentro de ese espacio protegido. Emplee la oración que se da en el capítulo 6 hasta que descubra su propia oración.

El espacio físico en el que usted hace su trabajo es tan importante como el espacio energético que usted crea. En mi despacho, utilizo elementos espirituales calmantes, como el incienso, colgantes en las paredes y alfombras de tonos de tierra. Dos sillas y un sofá proporcionan una zona de asientos para mis clientes, y en uno de los extremos de la sala tengo una camilla de masajes cubierta con una sábana blanca, en la que realizo las iluminaciones. Sobre una mesita baja tengo el altar, una colección de piedras y de objetos ceremoniales que me han dado mis maestros. El altar está ubicado de un modo discreto, dado que muchos de mis clientes son ejecutivos, y se sentirían incómodos con un entorno excesivamente «místico». No obstante, mi espacio de trabajo es mi cueva de chamán, y la decoración está diseñada de tal modo que mis clientes se sientan cómodos y seguros, con la sensación de encontrarse en un entorno calmante, lejos del mundanal ruido.

Envolver al cliente en el propio campo de energía luminosa

Después de crear un espacio sagrado que invite a entrar a los poderes naturales de las cuatro direcciones y a sus animales arquetípicos, cree un espacio sagrado interno extendiendo su propio campo de energía luminosa sobre el cliente. Cuando invoca a las direcciones, usted crea un espacio sagrado natural en el que tiene acceso a los principios organizadores de la naturaleza. Y cuando envuelve a su cliente en su campo de energía luminosa, usted crea una esfera nítidamente humana, en

donde puede acceder a fuentes humanas de orientación y conocimiento. El primer espacio nos envuelve con las energías que dan forma a la ecosfera, las fuerzas naturales que están sanando el cuerpo. El octavo chakra nos envuelve con las energías que constituyen la noosfera, los seres de luz y los 176 maestros iluminados con los que trabajamos.

Cuando practico el proceso de iluminación, siempre abro los dos espacios sagrados, el natural y el humano. Buscamos que nos inspiren las fuerzas que dan forma a las galaxias y a las hierbas, así como la sabiduría espiritual que guía la experiencia humana. Y, cuando hacemos esto, nos encontramos en un espacio sagrado doble. Mi cliente se siente como si estuviera reposando en una esfera similar a un útero.

Para comenzar, utilice la invocación del capítulo 6, y luego expanda su octavo chakra sobre sí mismo y sobre su cliente, envolviéndolo en un manto de luz mientras dura la sesión. El cliente yace boca arriba, sea en el suelo o sobre una camilla. La sanadora se sienta justo detrás de la cabeza del cliente. En mi caso, la camilla que utilizo está a sólo 45 centímetros del suelo, lo cual me permite sentarme cómodamente en una silla detrás de su cabeza. Al cliente le pido que inspire por la nariz y que espire por la boca, y que deje que la respiración adquiera su propio ritmo. En determinado momento, su respiración se hará más rápida o más lenta por sí sola. La respiración regula la velocidad de combustión de las energías del chakra. Es como alimentar el fuego. Lentificando o acelerando la respiración, el cliente puede regular la intensidad de su propio proceso. Habrá ocasiones en

que tendrá que pedirle al cliente que siga el ritmo respiratorio de usted para ayudarlo a que encuentre su propio ritmo respiratorio. Convendrá que vuelva la cabeza ligeramente a un lado durante este proceso, para que su aliento no vaya directamente sobre el rostro de su cliente.

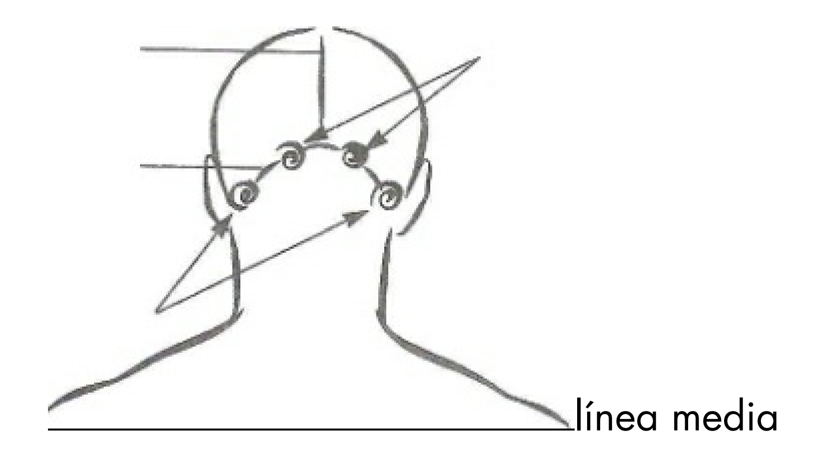
Presionar los puntos de profundización

A continuación, acune la cabeza de la cliente entre ambas manos, mientras aprieta sobre los puntos de presión de la parte posterior de la cabeza. Estos puntos, conocidos en acupuntura como la puerta del cielo, ayudarán a entrar a la cliente en un ligero trance. Están situados en la base del cráneo, por debajo del borde occipital. Cuando usted acuna la cabeza de la cliente, sus manos se sitúan de forma natural en este punto. Introduzca las manos suavemente por debajo de la cabeza de la cliente. Al presionar estos dos puntos, la persona entra en un profundo estado de relajación en unos pocos minutos. Con los dedos corazón de 177

PUNTOS DE PROFUNDIZACIÓN Y DE RELAJACIÓN

borde occipital

puntos de profundización



borde occipital

puntos de relajación

ambas manos a una distancia de 2,5 centímetros de la línea media del cráneo, ejerza una presión suave, pero firme. Asegúrese de que la cabeza de la clienta permanece relajada,

descansando sobre una almohada que no sea blanda. Mantenga la presión sobre los puntos de profundización durante al menos diez minutos. Durante este tiempo, y con una voz suave y casi inaudible, le pregunto a mi cliente cómo se siente. Convendrá que mantenga una línea de comunicación abierta con la cliente, con el fin de que pueda darle información sobre cómo está viviendo elproceso. Las pupilas de la cliente pueden comenzar a moverse por debajo de los párpados. Esta fase de movimientos rápidos de los ojos, o fase REM, [19] normalmente indica un estado de ensoñación; pero en el proceso de iluminación es indicio de un ligero trance, en el que la mente enjuiciadora y crítica ha relajado su presa sobre la conciencia. Hay personas que dicen sentirse como si estuvieran en un sueño profundo, pero un sueño en el que pueden hablar libremente con el sanador. Se convierten en testigos del proceso energético, y pueden observarlo sin sentirse abrumadas.

Abrir el chakra

Sincronice su respiración con la de su cliente. Después de presionar los puntos de

19. *Sigla de rapid eye movement. (N. del T.)*

profundización durante unos minutos, alcance y abra el chakra afectado sosteniendo la mano a unos cuantos centímetros del chakra de su cliente, sintiendo las energías giratorias del disco; y,

luego, rote la mano en dirección opuesta a las manecillas del reloj tres o cuatro veces. (En ocasiones, utilizo una pluma de águila en este proceso, por cuanto me permite alcanzar los chakras inferiores sin abandonar mi lugar en la cabecera del cliente.) Si tiene usted el brazo largo, puede utilizar los dedos para abrir un chakra inferior; si no, sitúese a un lado del cliente, apartándose de su cabeza mientras lleva a cabo esta fase, y luego vuelva inmediatamente a su posición en la cabecera de la camilla. Sea cual sea el método que utilice, concentre su atención cuidadosamente.

Tan pronto como el chakra esté abierto, éste comenzará a «desbordarse», a liberarse de los residuos y de las energías tóxicas. Estas energías se vierten en la gran esfera luminosa que forma el octavo chakra del sanador, donde entran en combustión. Con frecuencia, percibo algo así como unas serpentinas oscuras, unas gruesas cintas que salen del chakra dando vueltas. Vuelva a hacer girar el chakra en dirección contraria a las manecillas del reloj varias veces durante unos cuantos minutos, dado que puede quedarse atascado cuando se desborda. Pregúntele a su cliente cómo se siente. A veces, mis clientes dan cuenta de un cambio en la temperatura corporal, de espasmos musculares involuntarios o de movimientos espontáneos y de algo parecido a descargas eléctricas por todo el cuerpo. Ésta es una señal de que las energías que hay en torno a la huella están entrando en combustión y se están expulsando. Los movimientos espontáneos del cuerpo tienen lugar cuando se liberan las memorias musculares y celulares. Cuando la energía de una huella se ha somatizado, es decir, cuando ha sido asimilada por los tejidos del

cuerpo, sólo se puede limpiar con estos movimientos espontáneos, a veces incontrolables. Éste suele ser el caso cuando hubo un trauma físico en la herida original, como en el caso de malos tratos físicos, porque los tejidos del cuerpo guardan los recuerdos de estos acontecimientos. En determinados casos, el cliente puede ponerse a dar saltos como un pez fuera del agua, y puede hacerse daño. De ahí la importancia de adecuar el ritmo del proceso, acelerando o lentificando la respiración, para que la liberación siga siendo suave.

A menudo les recuerdo a mis clientes que pueden lentificar o detener el proceso en cualquier momento cruzando los brazos sobre el pecho.

Presionar los puntos de relajación

Este proceso se debería llevar a cabo durante cinco minutos, y es muy importante no pasarlo por alto. La presión sobre los puntos de relajación completa la descarga de energías pesadas en la huella y de residuos en el chakra. Limpiar la energía en un chakra obstruido es como desatascar los conductos del agua. Limpiar la energía en torno a una huella es como limpiar el manantial de donde procede el agua que usted bebe. Y esto se consigue presionando los puntos de relajación. Los puntos de relajación están situados en la parte posterior del cráneo, a mitad de camino entre las orejas y la línea media de la cabeza. Búsquelos en su

cabeza en este mismo momento, poniendo los dedos a siete u ocho centímetros por detrás de las orejas. Cuando se presionan suavemente, estos puntos generan una profunda limpieza, de tal modo que las energías que envuelven la huella se desprenden y pueden entrar en combustión.

La extracción de las energías densas

Habrá ocasiones en que una huella liberará residuos excesivamente densos, que será difícil que entren en combustión. Yo percibo estas energías como gotas de aceite dentro del chakra. Usted puede recoger con la mano estas energías espesas mientras hace girar el chakra en dirección contraria a las manecillas del reloj. Sacuda estas energías en el suelo con un golpe seco de muñeca. La Tierra convierte estas energías en nueva vida, del mismo modo que convierte las hojas secas del otoño en abono para una nueva vida.

Invoque al jaguar

Acostumbro a invocar al espíritu del jaguar para que ayude en el metabolismo de las energías pesadas. Cuando lo hago, puedo sentir que un gran felino de la selva, negro como la noche, entra en el espacio y consume las energías tóxicas que se están liberando. El jaguar es el gran transformador, que devuelve la vida a lo que está muerto. En este punto, el cliente experimentará las sensaciones físicas más intensas, por cuanto la energía se está moviendo rápidamente por todo su cuerpo. Algunos clientes dicen

algo 180

así como rayos de tormenta que les recorrieran la espina dorsal arriba y abajo. Poco a poco, la respiración del cliente se hará más tranquila, y ésta será la señal de que la etapa de liberación del proceso ha terminado.

Iluminar para limpiar la huella

Ahora, la sanadora lleva a cabo la iluminación. Yo reconozco esta fase del proceso en el hecho de que mi cliente alcanza un estado de resolución natural. Quizás usted perciba un cambio palpable en la energía. La intensidad disminuye, y hay una penetrante sensación de paz. Ponga la mano sobre el chakra abierto para comprobar que está girando de forma suave y regular. Después, llévese la mano derecha más arriba de la cabe za y, acumulando la energía de su octavo chakra, llévela hasta el chakra abierto de su cliente. Acostumbro a visualizar un sol radiante por encima de mi cabeza, y veo mi mano recogiendo luz solar que, luego, dejo caer como un rocío de luz dorada sobre el chakra de mi cliente. Haga esto tres veces. La iluminación sobrescribirá la huella con luz pura.

Equilibrar el chakra y cerrar el campo de energía luminosa

Después de la iluminación, lleve las manos de nuevo a la base del borde occipital del cliente y presione los puntos de profundización durante varios minutos. Con esto, lo ayudará a relajarse, mientras

el cuerpo luminoso establece una nueva arquitectura, una arquitectura sana. El cliente quizás experimente movimientos nerviosos y pequeñas descargas de energía durante esta fase. Más tarde, equilibre el chakra haciéndolo girar tres o cuatro veces en la dirección de las manecillas del reloj. Finalmente, cierre su propio campo de energía luminosa, retrayéndolo hasta que se convierta en un globo luminoso por encima de su cabeza.

El campo de energía luminosa expandido es la cámara de combustión donde arden las energías pesadas. Cuando usted cierra su campo, atenúa estos fuegos y los contiene dentro del octavo chakra, donde se convierten en luz pura. He tenido ocasión de ver a sanadores que, habiéndose olvidado de cerrar su propio campo después de una iluminación, absorbieron las energías tóxicas de su cliente y cayeron enfermos.

Proceso con el cliente

Invite a su cliente a que se incorpore cuando lo considere oportuno, y pídale que comparta su experiencia. Cada persona experimenta el proceso de iluminación a su manera. Algunos clientes dicen haber tenido sensaciones físicas casi exclusivamente; cualquier cosa, desde movimientos nerviosos o corrientes de energía subiendo y bajando por las piernas, hasta hormigueos en las extremidades. Otros están más sintonizados con las imágenes que aparecen espontáneamente durante el

proceso. Y otros más hablan sólo de una profunda sensación de relajación, o de tener la sensación de que se han quedado dormidos.

El proceso de iluminación sana tanto los trastornos físicos como los psicológicos. Cuando se limpian las energías tóxicas que hay en torno a una huella, la respuesta inmunológica del organismo se desinhibe y la sanación física se acelera. Los trastornos psicológicos se quedan sin energía cuando sus huellas dejan de estar operativas. Muchas veces la sanación es casi espontánea.

Cierre las direcciones

Cuando abrimos el espacio sagrado, creamos un microcosmos que abarca tanto el mundo visible como el invisible. Las fuerzas que sustentan los narcisos y los brazos en espiral de las galaxias están presentes dentro de él. Y, cuando cerramos el espacio sagrado, liberamos estas fuerzas naturales y los animales de poder arquetípicos para que vuelvan a su estado indiferenciado. Usted cierra el espacio sagrado volviéndose de nuevo hacia las cuatro direcciones, comenzando por el sur y moviéndose en la dirección de las manecillas del reloj, dando las gracias a cada uno de los animales arquetípicos por haber estado con usted. Haga lo mismo con el Cielo y la Tierra. Puede usted hacer una aspersión con agua perfumada o sahumar con salvia en cada una de las direcciones. Si el chamán siente que debe enviar a alguno de los animales arquetípicos con su cliente a casa, dejará esa dirección abierta, pidiéndole al arquetipo que cuide de su cliente

y lo sane.

8
EL PROCESO DE EXTRACCIÓN

Simplemente se encorvó y cayó hacia delante sobre sus objetos medicinales. Yo estaba ayudando a otros del grupo. Estaban iniciando su búsqueda de visiones en Amaru Machay, una cueva de iniciación decorada con relieves de serpientes y jaguares. Eran las once en punto de la noche, y escuché la débil llamada de Eduardo. Cuando llegué hasta él, estaba echando espuma por la boca. Pensé que estaba teniendo un ataque.

–Me han agarrado, compadre –susurró con la respiración entrecortada.

Sudaba profusamente, a pesar de que la noche era fría.

Me dijo que lo habían atacado con magia negra en mitad de la ceremonia. El vello de la nuca se me erizó. Eduardo es un célebre chamán de la costa septentrional de Perú. Lo conozco desde hace años y sé de su poder. ¿Cómo puede alguien atacar a este hombre y tener éxito en su empeño? Sé que son muchas las personas que envidian la atención que los medios de comunicación peruanos conceden a Eduardo. Incluso el presidente del país le ha consultado.

–Me han apuñalado –dijo, explicando que le habían arrojado una daga, que le había alcanzado en el hombro y que había estado a punto de alcanzarle el corazón.

Pero no pude ver nada en su hombro. Tomé la botella de esencias florales de su altar, le di un trago y puse mis labios en su hombro. Percibí un sabor metálico en la boca y me puse a chupar aquel objeto. Inmediatamente, comencé a sentir náuseas. De pronto, un objeto que parecía afilado se soltó y entró en mi boca, y pude sentir cómo atravesaba la tráquea y me llegaba hasta el estómago. Me puse a vomitar de forma incontrolada, y estuve vaciando mis tripas hasta que sólo me quedaron las arcadas.

Eduardo se sentó y recuperó la compostura.

– Gracias, compadre –dijo–. Me has salvado la vida.

Han pasado dos días desde este incidente, y aún me duele el estómago. Es

la última vez que hago una extracción por aspiración.

DIARIOS

Sólo podía haber ocurrido en Brasil. ¡Qué ecléctica mezcla de indios, europeos y africanos, con todos los tonos de color imaginables en su piel! Se celebraba una conferencia de negocios internacional en el hotel que había junto al nuestro. Y aquella tarde, en la playa, se me ocurrió que la evolución se había bifurcado en algún punto. En un extremo estaban los brasileños, cuyos bien formados y gráciles cuerpos parecían flotar sobre la playa de Ipanema. En el otro extremo del hilo, los pálidos y obesos asistentes a la conferencia yacían como morsas varadas, sosteniendo bebidas exóticas adornadas con minúsculas sombrillas.

Tú puedes ser lo que quieras ser en Brasil, hasta puedes convertirte en un médico iniciado en las tradiciones afrobrasileñas. Anoche llevé a mi grupo a conocer a este médico. Él tiene un grupo de médiums muy preparados, expertos rastreadores capaces de incorporar una vida anterior del cliente con el fin de sanarla. Pocos minutos después, Esther, una de las mujeres de mi grupo, se tendió, y una de las médiums se puso a sollozar y a gemir, diciendo con la voz de una niña pequeña:
–No me toques. Por favor, no me toques más.

La hermana de Esther había venido con nosotros en este viaje, y me miraba desconcertad. No tenía ni idea de lo que estaba pasando. Entonces, otro médium entró en trance y dijo

que era el hermano fallecido de Esther. Se volvió a Esther y le dijo que no podría encontrar la paz hasta que ella lo perdonara. Se puso a disculparse por haberle hecho daño, por haber abusado de ella cuando era pequeña. Me volví hacia la hermana de Esther y le pregunté qué estaba pasando. Muda de asombro, me dijo que su hermano, que había muerto hacía un año, había molestado repetidas veces a Esther cuando era joven.

Esther se incorporó y se puso a confortar a la médium, que estaba sollozando 184

como una niña, mientras le hablaba a su hermano fallecido. El hermano le dijo que sufría mucho, y que sentía haberle hecho daño. Siguieron hablando durante casi veinte minutos. Al final, Esther le dijo a su hermano: –Te perdono. Ve en paz. Te quiero.

Y, en aquel momento, como si les hubieran dado cuerda, los dos médiums se liberaron y se incorporaron como si nada hubiera pasado. No recordaban nada de lo que había sucedido. Uno de los médiums había incorporado el espíritu de Esther niña, mientras que el otro había incorporado al espíritu del hermano fallecido, que había estado merodeando en tomo a Esther desde su muerte, buscando su perdón. Estas cosas sólo ocurren en Brasil.

DIARIOS

La máxima de que ningún hombre es una isla es del todo cierta. Como parte de un cuerpo mundial mucho más grande, todos estamos conectados. Sabemos que el componente electromagnético del campo de energía luminosa se expande más allá del cuerpo a la velocidad de la luz. El campo de energía de uno se superpone con los campos de energía de todos los demás. Imagine que arroja un guijarro en un estanque tranquilo y ve las ondas abriéndose desde el centro. Y, ahora, imagine que arroja otro guijarro en el estanque. Las ondas causadas por estos dos guijarros se superponen y no tardan en intersecarse, creando en el agua los mismos patrones de interferencia que nuestros campos de energía crean en el espacio. Interacciona energéticamente unos con otros en todo momento.

LA EXTRACCIÓN DE NERGÍAS CRISTALIZADAS

Mientras que el proceso de iluminación hace entrar en combustión la mayoría de las energías en el campo de energía luminosa, hay algunas energías tóxicas que pueden cristalizarse y convertirse en objetos casi materiales, que son imposibles de metabolizar a través del proceso de iluminación. Son como la madera petrificada, que ya no arde. Estas energías cristalizadas se incrustan en el cuerpo físico, adoptando formas tales como las de dagas, flechas, lanzas y espadas. Los chamanes del Amazonas

creen que las energías cristalizadas son una consecuencia de la magia negra o la hechicería, pero yo he descubierto que estas energías pueden 185

ser causadas por la ira, la envidia o el odio que otra persona dirige contra nosotros. En ocasiones, también son remanentes energéticos: recuerdos del modo en que morimos, de cómo se nos hirió o del modo en que fuimos asesinados en una existencia anterior.

Obviamente, nuestra familia, nuestros amigos y conocidos (las personas más cercanas) son los que disponen de un mayor potencial para proporcionarnos alegría o causarnos dolor en la vida. El acceso directo del que disponen hasta nuestro yo más íntimo nos hace vulnerables ante sus traiciones, su ira o sus celos. El pensamiento negativo de un cónyuge anterior enfurecido puede penetrar en nuestro cuerpo luminoso como una daga y, en cuanto penetra, sus energías atraviesan el campo de energía luminosa. Nuestro sistema reconoce estas energías como extrañas y normalmente las elimina, del mismo modo que el sistema inmuni tario elimina las bacterias extrañas. Sin embargo, si nos encontramos bajo un aluvión constante de negatividad, los sistemas de defensa del cuerpo luminoso pueden verse sobrepasados, y la energía negativa que se dirige contra nosotros puede cristalizar e incrustarse en el cuerpo físico. Esto ocurre al cabo de unas semanas o unos meses. Estas energías no nos pertenecen y, dado que son casi materiales, hay que extraerlas manualmente. Pero sólo se puede llevar a cabo la extracción después de que la iluminación haya limpiado el campo de

energía luminosa del cliente.

Tuve ocasión de observar un ejemplo del proceso de extracción en las cabeceras del Amazonas, donde había estado aprendiendo con una chamana de la selva. Su cliente aquella tarde era un tendero, un hombre influyente de un pueblo cercano, que había hecho un viaje de tres días por la selva para ver a la mujer medicina. Se quejaba de que en los últimos meses se había sentido aletargado, con frecuentes problemas digestivos, y que había perdido el apetito. Pero lo peor de todo era que la relación con su familia se había deteriorado, y su esposa estaba ame nazando con dejarlo.

La chamana le pidió al tendero que se echara. Invocó a las cuatro direcciones y llenó su pipa medicinal con tabaco *huaman sayre,* el tabaco de las visiones del Alto Amazonas. Encendió un fósforo, se lo llevó a la cazoleta de la pipa, inhaló el humo profundamente y le ofreció una oración a la Madre Tierra, seguida de otra 186

oración al Padre Cielo. Luego, sopló el humo sobre el cuerpo del hombre, explorando su cuerpo luminoso en la nube azulada del humo. Una y otra vez, pasaba la mano sobre su cuerpo y, cuando terminó, le dijo que se incorporara. La mujer medicina diagnosticó su trastorno como un caso de *daño*, [20] o magia negra provocada por la envidia.

Después, la mujer medicina acunó la cabeza del hombre, entonando suavemente una canción y limpiando su campo de energía luminosa con un abanico hecho de plumas de guacamayo. Durante todo el tiempo, el tendero se quejaba de

que le dolía el abdomen. La chamana afirmó categóricamente que tenía clavada una lanza en el costado, y le dijo que un hombre al que él había ayudado lo estaba traicionando, que se estaba aprovechando de su bondad y que estaba frecuentando a su mujer cuando él estaba de viaje. Luego, llevó la mano hasta el vientre del hombre, cerró los dedos en torno a algo y se puso a tirar de aquello. La chamana mantenía una mano firmemente sobre el vientre del hombre, mientras que con la otra estiraba de la lanza invisible, girándola y dándole vueltas, sacándola poco a poco. Para entonces, el hombre estaba gimiendo de dolor y decía que era como si le estuvieran sacando un punzón del abdomen. Al término del tratamiento, el tendero yacía exhausto sobre la esterilla de hierbas trenzadas. La chamana siguió dándole consejos, le dijo que era importante ser generoso y dar a los demás, pero que era igualmente importante no ser tonto. La lanza que le había arrancado del abdomen estaba causada por la envidia que aquel otro hombre tenía de su éxito.

Cuando le pregunté a la mujer medicina por qué había hecho una limpieza energética antes de la extracción, me dijo que las energías pesadas que había en torno al asta de la lanza tenían que entrar en combustión y consumirse para poder sacar la lanza. A pesar de que estas energías no eran sólidas, como la lanza, eran ellas las que la mantenían firmemente arraigada en su sitio, como el barro prensado alrededor de una estaca clavada en el suelo. La mujer medicina podría haber realizado una extracción por aspiración, chupando, que es una práctica habitual en el Amazonas. Pero eso hubiera sido peligroso, porque podría haberse tragado la energía por accidente y caer enferma

con ello. Era mucho más seguro el proceso de dos pasos: iluminación y extracción.

Al principio, yo creía que los chamanes del Amazonas percibían dagas, lanzas y flechas incrustadas en el cuerpo de sus clientes porque tales objetos eran algo cotidiano 20. En español en el original. *(N. del T.)*

en su vida. Y, cuando volví a casa, esperaba encontrar objetos que se conformaran más o menos a los símbolos de la guerra moderna (pistolas y balas) incrustados en el campo de energía luminosa de mis clientes. Pero, para mi sorpresa, me topé exactamente con los mismos símbolos de los que hablaban los sanadores de la selva. No podía encontrarle sentido a aquello, hasta que caí en la cuenta de que el sistema límbico del cerebro había evolucionado hace miles de años, en una época en la que nuestros antepasados cazaban y se mataban unos a otros con cuchillos y lanzas. El repertorio de imágenes de esta antigua estructura cerebral no había cambiado.

El sistema límbico toma lo simbólico como literal. Cuando nos timos traicionados, decimos que nos han dado «una puñalada

en la espalda» porque, simbólicamente, ha sido así. Estos actos de traición y las intensas emociones que los acompañan crean lagunas de energía estancada en el campo de energía luminosa. Cuanto más tiempo tarde uno en recuperarse de esta traición, más tiempo tendrá esta energía para cristalizar. Finalmente, comenzará a adquirir la forma de una daga clavada en la espalda, pues es así como la percibe el sistema límbico. Cuando se nos «rompe el corazón», estas energías pueden asumir la forma de una banca de metal que constriñe el corazón, o de cepo de acero que atrapa en su garra nuestros sentimientos. Del mismo modo, los abusos sexuales en la primera infancia de una cliente suelen aparecer como una flecha o un asta que atraviesa el bajo vientre y perfora el chakra donde residen la sexualidad y la autoestima. En cierta ocasión, encontré un nudo corredizo en torno al cuello de una cliente que se había sentido asfixiada por un marido que la maltrataba.

Es importante mantener una mentalidad abierta con este trabajo. Cuando percibo un objeto cilíndrico denso en el cuerpo de mi cliente, no pienso de inmediato: «¡Ajá, una lanza!». En lugar de esto, tomo nota de mis sensaciones, diciéndome a mí mismo: «Caliente, cilíndrico, largo, rígido...», *etc.* Sólo llego a la conclusión de que el objeto debe de ser un cuchillo cuando lo he extraído y descubro que, ciertamente, tiene una hoja afilada y un mango. Les insisto mucho a mis alumnos en que no le pongan nombre a lo que sienten, dado que poner nombre a las cosas es un acto racional que nos separa de la experiencia; y les advierto de que no extraigan una energía cristalizada hasta que no dominen plenamente el proceso de iluminación. Los estudiantes de

la Healing the Light Body School aprenden a desarrollar un fino sentido sinestésico para percibir con precisión las energías cristalizadas. Al principio, es fácil confundir las 188

energías densas que se acumulan en torno a una huella con una energía incrustada.

ENERGÍAS CRISTALIZADAS

DE VIDAS ANTERIORES

Durante el transcurso de mi trabajo con las mujeres y los hombres medicina, he aprendido que las energías cristalizadas que se han endurecido dentro del cuerpo suelen tener su origen en vidas anteriores. Han estado en nuestro interior durante tanto tiempo, que quedan incrustadas en los tejidos corporales. Durante una extracción, los clientes describirán espontáneamente imágenes de una época diferente: el campo de batalla donde se les abandonó agonizando o la imagen de su casa incendiada y de sus familiares asesinados.

Patricia era una abogada de éxito de Chicago cuando vino a verme. Tenía cerca de cincuenta años y nunca había mantenido una relación amorosa que durara algo más de unos cuantos meses. Tenía una adicción sexual, y había estado sometida a tratamiento psicológico durante algún tiempo. «Yo uso a los hombres como los kleenex», me dijo Patricia cuando nos conocimos. Decía que perdía el interés en los hombres en cuanto hacía el amor con ellos, y que no podía pasarse la noche entera con un amante, por lo que lo enviaba a su casa después de mantener relaciones sexuales con él. Durante el último año, había mantenido relaciones con más de una docena de hombres, pero siempre terminaba encontrándoles defectos y dejándolos. Me la había enviado su terapeuta, que tenía la sensación de no estar haciendo progreso alguno con ella.

Durante el proceso de iluminación, pensé que podría haber

implicada alguna energía cristalizada. Cuando exploré su campo de energía luminosa, percibí varios objetos alargados, con forma de asta, que le sobresalían en el corazón. Parecían las espinas de un puercoespín y, cuando los exploré con más detenimiento, me dio la sensación de que su corazón era como un acerico, uno de esos cojines pequeños donde se clavan las agujas. Regresé a los puntos de relajación de la base del cráneo y los presioné suavemente. Y, cuando los puntos de relajación se activaron, me revelaron el paisaje completo de un chakra, con todas sus historias y sus protagonistas.

Llevé mis manos de nuevo a su pecho y volví a sentir aquellas espinas metálicas y frías que salían de su corazón. Y, cuando toqué estas energías cristalizadas, se activaron sus recuerdos. Agarré una de aquellas espinas, y Patricia dijo que le había venido la imagen de un hombre joven, de menos de veinte años, que vivía en la selva. Formaba parte de un grupo pacífico de nativos que pescaba y recolectaba frutos. Vio a un grupo de hombres en un calvero en el que su familia había levantado el campamento. Habían prendido fuego a las chozas, y Patricia pudo percibir el hedor de la carne quemada. Entonces, Patricia

comenzó a ver las imágenes desde la perspectiva del joven. Mientras se acercaba, vio que los hombres estaban acosando a su hermana pequeña. El muchacho puso una flecha en su arco y la disparó, atravesándole el cuello al violador. Pero, inmediatamente, el resto de los hombres fueron a por él y lo cap turaron. Patricia describía la escena con gran detalle, como si fuera una película que se estuviera desarrollando ante sus ojos. Vio cómo aquellos matones que habían asesinado a su familia violaban al muchacho, para luego atarlo a un árbol y dejarlo morir de inanición. Patricia pudo sentir la furia y la angustia que el joven experimentó, la misma furia que sentía contra los hombres con los que se acostaba. Las espinas de puercoespín que yo había percibido eran su sistema de defensa, para no dejarse intimidar por nadie.

Mientras extraía aquellos objetos espinosos, Patricia sollozaba y golpeaba iracunda el suelo con el puño. Luego, llevé a cabo una iluminación, para cambiar las afinidades que atraían estas energías. Más tarde estuvimos hablando de las imágenes que había visto durante su sanación. Patricia tenía la sensación de haber sido aquel muchacho, y que aquella experiencia le había provocado aquel desagrado generalizado por los hombres. Es difícil saber con certeza si las imágenes del muchacho que había sido violado pertenecían realmente a una vida anterior de Patricia. Pero, tanto si se trataba de una encarnación anterior como si era una metáfora de su vida actual, no importaba demasiado. Era una historia que había vivido en su interior y que le había aportado atisbos importantes a su vida. Existen docenas de interpretaciones psicológicas para las imágenes que Patricia

pudo ver. Sin embargo, estas explicaciones no merman en modo alguno los beneficios reales que Patricia obtuvo con su sanación. Poco después comenzó a salir con un hombre de forma regular, y sus hábitos promiscuos desaparecieron. Su terapeuta me llamó por teléfono pocos meses después para decirme que Patricia estaba 190

haciendo grandes progresos en la comprensión de su compleja dinámica en torno a las relaciones íntimas.

Uno de mis ejemplos favoritos sobre el poder del proceso de extracción es el mío propio. Un día, mientras jugaba en la playa con mi hijo, que entonces tenía nueve años, me lo subí a los hombros justo en el momento en que una ola nos golpeaba y nos derribaba, y mi hijo vino a caer sobre mi brazo, que tenía doblado en una mala postura. Me desgarré el manguito rotatorio del hombro derecho, una dolorosa lesión que me impedía levantar el brazo por encima de la cabeza. Seis meses de terapia física no me sirvieron de nada, y el médico me sugirió que tomara en consideración la posibilidad de una operación quirúrgica.

Pero, mientras estaba enseñando el proceso de extracción en nuestro programa educativo de la Healing the Light Body School, se me ocurrió que quizás este proceso pudiera serme de ayuda. Le pedí a uno de nuestros profesores más experimentados, el doctor Richard Jones, que explorara mi hombro por ver si encontraba alguna energía cristalizada. Richard examinó mi campo de energía luminosa y me dijo que había percibido un objeto que sobresalía por mi axila. Lo describió como una pieza metálica que sobresalía unos diez centímetros. Tras envolverme en

su campo de energía luminosa, Richard llevó a cabo una iluminación. En mitad del proceso, me dijo que me incorporara, y procedió a extraer la pieza metálica. Mientras le daba vueltas al objeto, el dolor se me extendió desde el cuello hasta las yemas de los dedos. Era como si me estuvieran retorciendo la hoja de un cuchillo dentro de la escápula. Seguí el rastro del dolor, que me atravesaba el hombro por dentro. A Richard le llevó en torno a cinco minutos extraer el objeto incrustado, que tenía la forma de una daga con un mango triangular.

El manguito rotatorio se me curó en el plazo de un mes, y recuperé plenamente el movimiento del brazo. Durante el proceso, no pude percibir imágenes ni pistas acerca del origen de aquella energía. Richard creía que se trataba de una antigua herida relacionada con una pérdida que yo había sufrido, pero no me pudo dar más detalles. Yo estaba convencido de que era un residuo energético de una extracción por aspiración que le había hecho a Don Eduardo años atrás, pero Richard me insistió en que me mantuviera abierto a otras posibles explicaciones. Yo reconocí el tema de la pérdida en mi vida, pero no podía relacionarlo con ningún 191

trauma presente o pasado. Suele ocurrir que un cliente no perciba o recuerde ninguna imagen durante el proceso de extracción, si bien las imágenes pueden aparecer días o semanas más tarde, en sueños o en estado de ensoñación. Por mi parte, seguí reflexionando sobre la idea de la pérdida. Aunque Richard es psicólogo clínico, no me presionó para que le encontrara un sentido a mi experiencia con rapidez, ni para que me aferrara a

un trauma de una vida pasada para mi sanación. Pero, al cabo de un tiempo, la historia se me reveló en un sueño. Yo iba ca balgando por un oscuro bosque y, cuanto más me adentraba en él, más oscuro se hacía. Percibí que el sendero se iba estrechando, hasta que las ramas de los árboles me hicieron imposible seguir adelante. No había espacio para que el caballo diera la vuelta, y no podía introducirme más en el bosque. Entonces, apareció una mujer de elevada estatura, con una vestidura azul. Sujetó las riendas del caballo y me dijo que tendría que volver a casa a pie. Cuando intenté desmontar, me di cuenta de que no podía mover el brazo derecho, que colgaba lánguidamente en mi costado. La mujer tuvo que ayudarme a bajar y me condujo fuera del bosque, mientras yo me apoyaba en ella. Cuando desperté, comprendí que el sueño me estaba diciendo que tenía que integrar un elemento perdido de lo femenino en mi vida. No podía apoyarme en el brazo derecho, el lado masculino, para volver a casa sin contratiempos. Cuando le conté este sueño a Richard, me dijo que sentía que la interpretación que yo había hecho era correcta. En ningún momento me impuso su análisis. En nuestro trabajo, el cliente descubre las historias que traen como consecuencia su propia curación.

LA EXTRACCIÓN DE ENERGÍAS ENDURECIDAS

La técnica que viene a continuación se utiliza para extraer energías que han cristalizado en el cuerpo físico. El proceso de extracción consta de varios pasos, entre los cuales se halla la

exploración del campo de energía luminosa del cliente y la identificación y extracción de la energía cristalizada. Realice siempre el proceso de extracción durante una iluminación. La energía cristalizada puede resultar difícil de percibir, a menos que se halle en la capa externa del campo de energía luminosa. Durante la iluminación, el paisaje energético de un chakra se revela por sí solo, y las energías cristalizadas en todos los niveles del campo de energía luminosa se pueden detectar con facilidad. Además, el proceso de iluminación hace entrar en 192

combustión las energías que se congregan en torno a la cristalización y que hacen el papel de cuña, sujetándola firmemente al cuerpo. La iluminación es el equivalente a limpiar la suciedad de una herida antes de quitar los fragmentos de cristal incrustados en la piel.

Las energías negativas se ven atraídas inicialmente hacia la persona debido a que tienen cierta afinidad con ella. Tenemos espacios receptores para ellas, del mismo modo que el cerebro tiene puntos receptores para determinadas sustancias químicas. Atraemos esas energías hacia nosotros del mismo modo que atraemos a ciertos tipos de personas en la vida. Cada forma de energía tiene una frecuencia y una vibración. La ira sólo puede penetrar el Cuerpo de Energía Luminosa si en nuestro interior alienta la vibración de la ira, y el odio nos puede afectar sólo cuando nos odiamos a nosotros mismos. Una situación actual en la que se le dirige a la persona energía negativa (como el divorcio, una amarga desavenencia una gran decepción) puede generar cierta afinidad. En consecuencia, no basta con extraer las

energías cristalizadas que afectan a su cliente; hay que cambiar también sus afinidades (es decir, hay que sanar el odio por sí mismo o la ira), para que el cliente no vuelva a atraer energías similares. El proceso de iluminación sana las afinidades del cliente con estas energías limpiando el chakra y elevando la frecuencia de su giro. A medida que la tasa vibratoria de un chakra se incrementa, vamos atrayendo cada vez más energías puras, limpias y benéficas.

Después de realizar la iluminación, pero antes de cerrar el chakra, la sanadora lleva a cabo el proceso de extracción. Este proceso consta de cinco pasos, que lleva alrededor de veinte minutos realizar.

1. Explore el campo de energía luminosa.
2. Saque la energía pesada.
3. Presione los puntos de relajación.
4. Extraiga el objeto.
5. Ilumine el chakra.

Explore el campo de energía luminosa

Haga pases con la mano a unos cuantos centímetros por encima del cuerpo del cliente, como si estuviera acariciando su campo de energía. Hágalo lentamente, percibiendo 193

cualquier sensación de calor o de frío. Las variaciones de

temperatura suelen indicar la presencia de una energía cristalizada. Si percibe usted una forma, cierre su mano en torno a ella e intente obtener una impresión. ¿Tiene sensación de metal, de madera o de piedra? Intente no ponerle nombre a lo que perciba; más bien, quédese con las sensaciones.

Saque la energía pesada

Después, saque la energía pesada que haya en la base del objeto, recogiendo estas energías con las puntas de los dedos y sacudiéndolas en tierra. Con esto, comenzará a soltarse el objeto incrustado.

Presione los puntos de relajación

Luego, presione los puntos de relajación de la parte posterior del cráneo para que se desprenda cualquier energía tóxica que pueda quedar en el chakra. Puede que no haya una relación lineal entre el punto de la energía cristalizada y el chakra afectado. Es posible encontrar una energía incrustada en los pies que esté afectando al chakra del corazón.

Extraiga el objeto

Extraiga el objeto, moviéndolo suavemente de lado a lado y dándole vueltas para soltarlo. Invite a la cliente a que ponga su conciencia en lugar y a que sienta las acciones que está usted haciendo, preguntándole: «¿Estoy yendo demasiado rápido?

¿Demasiado lento? ¿Le duele?». También puede pedirle a la cliente que le cuente las imágenes que le vienen a la mente.

Ilumine el chakra

Ilumine el chakra, bañándolo en luz pura, para incrementar su tasa vibratoria y para cambiar su afinidad. Por último, cierre el chakra y vea la progresión con la cliente.

-

Es importante percibir con las manos durante el proceso de extracción. A pesar de ser una persona esencialmente visual y de ver estas energías cristalizadas, yo exploro detenidamente el campo de energía luminosa de mis clientes con las manos. Imagine que su sentido del tacto se potencia tanto, que puede percibir las ondas de energía que fluyen a través del cuerpo luminoso. Recuerde que la piel es el órgano sensorial más grande que tenemos. A medida que mis alumnos desarrollan sus habilidades, su sentido del tacto se potencia también. Yo les enseño a confiar en su sentido poco común. Muchos de ellos se afirman incapaces de ver las energías, pero desarrollan una aptitud táctil muy fina. Tocar no está censurado. Lo que sentimos

es algo privado, íntimo e intrínseco a nosotros. Esto nos permite rastrear con exactitud las energías cristalizadas.

ENERGÍAS Y ENTIDADES INTRUSAS

La energía cristalizada se incrusta en el cuerpo, mientras que una entidad intrusa se incrusta en el sistema nervioso central. Las energías y las entidades intrusas no se pueden extraer utilizando la técnica descrita previamente para las energías cristalizadas, dado que son fluidas y pueden ir de aquí para allá con el cuerpo. Es como intentar agarrar agua; simplemente, no hay forma de hacerlo. Muchos problemas psicológicos y físicos están causados o exacerbados por entidades intrusas, que suelen generar ansiedad, depresión, adicciones, cambios de humor y otros muchos síntomas. Un signo revelador de una entidad intrusa es el que se da cuando un cliente muestra cierta variedad de síntomas psicológicos mutables que desafían las categorías diagnósticas. Una vez se le libera de la entidad intrusa, el cliente puede cambiar su comportamiento sin grandes contratiempos, y suele experimentar una sanación espontánea.

Las entidades intrusas son espíritus desencarnados que están atrapados entre este mundo y el otro. A veces, una entidad intrusa puede ser una de nuestras propias vidas anteriores que ha despertado de nuestro inconsciente y quiere vivir de nuevo, compitiendo así con nuestro yo actual por el acceso al sistema nervioso central. Las entidades intrusas aferran a un chakra y, a través de él, conectan con el sistema nervioso central, donde establecen una relación parasitaria con el huésped. Son los

«degenerados» chupadores de energía del mundo del Espíritu.

Las energías intrusas son fluidas. Recorren el campo de energía luminosa como una marea oscura y ondulada. Fluyen de chakra en chakra, atravesando el sistema nervioso. Las entidades intrusas se fijan al chakra en particular del cual se alimentan. Con frecuencia, una energía intrusa es tan poderosa que parece tener personalidad propia, y de ahí que creamos que se trata de una entidad. En otras ocasiones, una entidad puede parecer tan débil que uno llega a convencerse de que se enfrenta sólo a una energía intrusa. Cuando las personas que están espiritualmente abiertas se desequilibran emocionalmente, es muy probable que estén viéndose afectadas por entidades intrusas parásitas. Estos seres desencarnados se ven atraídos por aquellas personas espiritualmente desprevenidas, como las polillas se ven atraídas por el fuego. Por muchas conversaciones que se tengan en las sesiones de terapia, no servirán de nada con un trastorno como éste. Cuando se extraen estas energías, la sanación avanza con mucha más rapidez.

Toda energía tiene conciencia, hasta la energía más básica y primitiva razón por la cual una energía intrusa puede dar la impresión de que tiene una personalidad similar a la humana. Si la sanadora sintoniza con ella, puede percibir la ira, el odio o la envidia de la persona que dirigió sus pensamientos contra su cliente. Hay veces en que sólo puedo diferenciar una energía de una entidad en el momento en que libero esta energía en el

fuego, que es el modo como limpiamos los cristales de extracción. Las energías intrusas se disuelven en la naturaleza, dado que no están contenidas en un campo de energía luminosa. Se asimilan en los árboles, las piedras y la Tierra, donde se descomponen y reciclan, mientras que a las entidades intrusas se las llevan los sanadores luminosos al mundo del Espíritu. Estos seres luminosos ayudan al alma confusa a recuperar su conciencia y la devuelven a la luz.

Las entidades intrusas son más comunes de lo que nos gustaría creer. Las entidades intrusas pueden ser de dos tipos: las de nuestros yos anteriores (de una vida anterior que ha podido despertar desde la mente subconsciente) o las de un ser desencarnado que ha penetrado en nuestro campo de energía luminosa. Puede ser un familiar o un amigo fallecido, que viene hasta nosotros en busca de ayuda. Cuando una persona muere de forma súbita en un accidente, o bien si muere bajo el efecto de los narcóticos en un hospital, puede ocurrir que quede perdida entre este mundo y el siguiente; queda cautiva en una pesadilla de la que no es capaz de despertar. No es consciente de que ha muerto, y viene a nosotros en busca de consuelo.

La llevamos en el ambiente cálido y seguro de nuestro cuerpo luminoso, del mismo modo que la llevaríamos a nuestra casa si estuviera dolida o sufriendo. Su energía se mezcla con la nuestra, y comienza a causar estragos en nuestro campo de energía luminosa. Es posible que la persona fallecida no tenga mala intención alguna, pero su apego a una persona viva puede ser

perjudicial. En ocasiones, empezamos a mostrar los mismos síntomas físicos o emocionales que padecía el fallecido antes de morir; de tal modo que, cuando extraigo una entidad intrusa del campo de energía luminosa de un cliente, sus síntomas físicos y psicológicos comienzan a desvanecerse.

Una de cada cuatro personas que vienen a verme está afectada por energías o entidades intrusas. En ocasiones, se trata de espíritus que ciertamente desean hacerle daño a mi cliente, quizá personas equivocadas ce otro tiempo y lugar. Las entidades intrusas se alimentan de la energía de los chakras y del sistema nervioso central. No existe forma de energía más nutritiva. Se aferran a la espina dorsal a través de uno de los chakras, y pueden experimentar los pensamientos y los sentimientos de la persona. El campo de energía luminosa no lo pasa nada bien intentando eliminar estas energías extrañas. A diferencia del cuerpo físico, que puede eliminar los elementos que no puede utilizar a través de la orina, de los movimientos peristálticos, del sudor y de la respiración, el cuerpo luminoso no tiene aberturas. Cuando estas energías entran en el sistema nervioso central, tenemos que extraerlas utilizando un cristal.

Los cristales de extracción

Los cristales son las estructuras más estables de la naturaleza. Son transductores, lo cual significa que pueden convertir fácilmente un tipo de energía en otro. Ésta es la razón de que se utilicen en los chips electrónicos de los ordenadores. El mejor cristal para la extracción de energías y entidades intrusas es el cuarzo

transparente. Un cuarzo sin imperfecciones de doble punta, de diez o doce centímetros de largo, es uno de los mejores instrumentos de los que puede hacer uso el sanador. Estos cristales están tallados a mano a partir de un trozo de cuarzo transparentes casi perfecto, y son caros. Yo aconsejo a mis alumnos que inviertan en el mejor cristal que puedan encontrar, pues es muy importante que 197

el cristal de extracción sea transparente y no tenga fracturas en su superficie. Si el cristal tiene fracturas, la energía se puede filtrar y puede contaminar al sanador. Si el cristal tiene inclusiones, nubes o planos de intersección, la entidad intrusa puede sufrir mucho dolor cuando se encuentre dentro del cristal. Recuerde que la entidad que usted está extrayendo puede ser un familiar fallecido o una encarnación previa de su cliente. Yo no quiero que una energía/entidad intrusa sufra más de lo que quiero que sufra mi cliente. Como sanador, el mandato que usted tiene es el de sanar, independientemente del lado del mundo espiritual en el que se encuentre su cliente, de modo que su hogar cristalino temporal, debería ser un lugar confortable y acogedor pues, de lo contrario, puede resistirse a ser extraído.

Después de extraer a una entidad intrusa, yo ayudo a mi cliente a cambiar sus afinidades, con el fin de que no vuelva a atraer a esta entidad (u otras similares), del mismo modo que hacemos con las energías cristalizadas. Y lo hacemos, una vez más, a través del proceso de iluminación. En este caso, el sanador no sólo debe extraer la entidad problemática, sino que también tiene que sanarla. Podemos ayudar a esta alma perdida

a despertar de la pesadilla en la que se encuentra atrapada, y a volver a la luz y al amor del mundo del Espíritu.

Los médicos de la Asociación Médica Espiritista de Brasil han descubierto que hasta la mitad de las dolencias de sus pacientes se deben a una energía o entidad problemática. Seis meses después de la muerte de mi abuela paterna, se me concedió una beca de investigación para estudiar a estos médicos, que se reunían en Sao Paulo todos los viernes por la noche para sus sesiones de sanación espiritual. Se sentaban en un círculo en torno a una médium (una mujer atractiva y de piel oscura de poco más de treinta años), que incorporaba a los espíritus de los pacientes recién fallecidos con el fin de que recuperaran la conciencia el tiempo suficiente como para recibir la sanación de los vivos. Mi abuela y yo habíamos tenido una relación muy estrecha, ya que, durante mi infancia, había pasado más tiempo con ella que con mi propia madre. Yo había estado deprimido desde que ella había muerto, pocos meses atrás, y pensé que sería estupendo que pudiera recibir este tipo de tratamiento. Después de dos largas horas atendiendo a los espíritus de los fallecidos, se recitó el padre nuestro para cerrar el círculo de sanación. De repente, la médium se estremeció y entró de nuevo en trance, y se puso a hablar en español, en vez de en portugués. El sanador que había dirigido la

sesión la reanudó nuevamente. Nadie quería permitir que este espíritu siguiera sufriendo.

–¿Dónde estoy? Dios, ayúdame –dijo la médium con una voz débil y temblorosa.

La médium había encarnado el espíritu de una mujer mayor, desorientada y dolida, que decía que tenía los labios resecos y con grietas por tener que respirar a través de un tubo. La mujer quería que la dejaran morir. Uno de los médicos del círculo le dijo al espíritu que ya había muerto. Le explicó que estaba ocupando momentáneamente el cuerpo de una médium, y la instó a que sintiera el físico de ésta.

Mientras las manos de la médium se desplazaban hacia abajo por el vestido, el sanador preguntó:

–¿Son éstas tus manos, tus senos?

–No, son jóvenes...

El espíritu no se había dado cuenta de que ella había muerto; seguía aún en la habitación del hospital, enganchada a los tubos que le permitían respirar y alimentarse. Se la había traído para que la liberaran de aquel lugar, que no sabía nada de la alegría de los vivos ni de la paz de los muertos. Escuchándola, se hacía evidente que su espíritu estaba sufriendo.

En aquel momento, la médium me miró y ahogó un grito:

–Alber, ¿eres tú, pequeño? Ayúdame, ayúdame, por favor.

Me quedé aturdido. Sólo mi abuela me llamaba así. Entonces, el sanador le pidió a la mujer que se fijara en los otros espíritus que estaban allí para ayudarla. Ella pronunció el nombre de su madre, de su padre, de su marido (mi abuelo). Me quedé mudo. Uno de los médicos le explicó que estaba dejando ahora aquel reino de pesadilla entre dos mundos y que estaba despertando en el mundo del Espíritu, en la luz, donde la

recibirían sus seres queridos. En el mundo del Espíritu, uno puede tener la edad que desee, dado que el alma no tiene edad. El espíritu dijo que comenzaba a abandonarle el dolor y la incomodidad, que se sentía más joven y más fuerte.

Antes de partir, dijo:

–Gracias por traerme aquí.

Luego, se volvió hacia mí y me dijo:

–Siempre estaré contigo, Alber.

Ninguno de los que estaban allí sabía nada de mi abuela, María Luisa, ni de su

muerte. Me gusta pensar que ella está de verdad conmigo, y que la ayudaron en su transición desde este mundo al otro. Al cabo de una semana, mi depresión se disipó. Posteriormente, uno de los sanadores me diría que, en su confusión, el espíritu de mi abuela se había aferrado a mí, buscando refugio en la persona con la que mayor afinidad tenía en la familia. El hecho de que yo estuviera espiritualmente abierto le hizo mucho más fácil a ella encontrar solaz en mí. Yo sentía su sufrimiento, que experimentaba como depresión y como pérdida de interés por la vida.

Las entidades intrusas rara vez son espíritus oscuros o malignos. En la mayoría de los casos, se trata de almas perdidas que buscan sanarse de un modo u otro. Pero hay excepciones. De vez en cuando, usted se va a encontrar con lo que yo llamo una

entidad «malévola». Hablaremos de cómo tratar con ellos más tarde. Como ocurrió Con el caso de mi abuela, habitualmente se trata de familiares que vienen hasta nosotros en busca de ayuda. Por regla general, cuanto mayor sea el número de personas que vienen a usted en busca de ayuda en este mundo, mayor será el número de espíritus que buscarán su ayuda desde el otro lado. La mayoría de estos espíritus no llegan a penetrar nuestro campo de energía luminosa, dado que no tenemos afinidades ni conexiones emocionales con ellas. Pero, cuando atraviesan nuestras defensas luminosas, nos quedamos indefensos ante ellos. Carecemos de las tecnologías espirituales que se pueden encontrar en las culturas tradicionales de Brasil, del Amazonas o del Tíbet para ayudarlas.

Un chamán me comentó en cierta ocasión que él creía que los occidentales no enterraban a sus muertos. Le pregunté por qué pensaba algo tan absurdo y me respondió que, detrás de cada uno de nosotros, había montones de lo que él llamaba «no muertos», antepasados que no habían sido llorados adecuadamente después de su muerte. Y esto no ocurre porque no los hayamos querido y no nos hayamos ocupado de ellos, sino, simplemente, porque no poseemos los conocimientos sobre lo que le ocurre al alma después de la muerte. Nos ocuparemos de este proceso con más detalle en el siguiente capítulo. Lo irónico de todo esto es que, cuando no honramos y lloramos a nuestros antepasados, ellos continúan viviendo a través de nosotros. Ellos murieron con numerosos asuntos por resolver en este mundo.

LA EXTRACCIÓN DE ENTIDADES
Y ENERGÍAS INRUSAS

Durante el proceso de iluminación, así como en la mayoría de trabajos energéticos, conviene que el cliente reciba la ayuda de un solo sanador. Sin embargo, para extraer energías o entidades intrusas, es conveniente que el sanador reciba la ayuda de dos rastreadores. La mayoría de nosotros no nos podemos permitir el lujo de tener dos rastreadores que nos ayuden durante el proceso, y tendremos que aprender a realizar todas estas funciones simultáneamente. Tendremos que dirigir la energía, rastrear y extraer, todo al mismo tiempo. Con la práctica, el sanador puede llegar a dominar el arte. Asegúrese de que su cliente ha recibido previamente una iluminación. Este proceso tiene siete pasos, que lleva alrededor de treinta minutos realizar.

1. Test para detectar una energía/entidad intrusa.
2. Hacer correr la energía a través del cliente para desalojar la energía/entidad.
3. Seguir el rastro de la energía/entidad en el cuerpo del cliente.

4. Extraer la energía/entidad.
5. Proceso con el cliente.
6. Llevar a cabo una iluminación para cambiar las afinidades y completar la sanación.
7. Limpiar el cristal para liberar la energía/entidad.

Test para detectar una energía/entidad intrusa

Utilizamos el procedimiento de prueba muscular descrita en el ca pítulo 7 para determinar si hay presente una entidad o energía intrusa. Yo hago que mi cliente se ponga de pie, que se agarre las manos entre sí y que levante los brazos ante él, en paralelo al suelo. Luego, le pido que resista, mientras empujo sus brazos hacia abajo, ejerciendo presión con la mano derecha sobre su muñeca. El nivel de fuerza que encuentro durante la prueba muscular será el punto de referencia del estado del campo de energía luminosa del cliente.

Hacer correr la energía a través del cliente

Póngase de pie detrás del cliente, con la mano dominante en la base de su espina dorsal, sobre el cóccix. La otra mano debe descansar en la base del cuello. Dado que yo soy diestro, pongo

la mano derecha en la base de la columna y la izquierda en la base del cuello. Los zurdos pueden invertir la posición. Haga correr la energía entre sus manos, desde abajo hacia arriba. Suelo visualizar una energía de un color rojo vivo, que fluye a lo largo de la columna de mi cliente. Haga correr la energía durante varios minutos, hasta que sienta que discurre como un torrente a través de la espina dorsal y entra a través de la mano que tiene posada en el cuello del cliente. Esta energía ígnea desaloja momentáneamente cualquier energía/entidad intrusa que haya aferrada a la espina dorsal.

Cuando sienta que la energía está discurriendo con fuerza, vuelva a hacerle el test muscular a su cliente. Si su fuerza es grande, o al menos superior al nivel del punto de referencia, significará que no hay ninguna energía/entidad presente y que no hace falta ninguna extracción. Si su nivel de fuerza es sustancialmente más débil que el del punto de referencia, habrá que hacer una extracción. Cuando se desaloja del sistema nervioso central una energía/entidad, la fuerza del campo de energía luminosa se viene abajo momentáneamente. La fuerza física también abandona temporalmente a la persona. Cuando no hay ninguna energía/entidad intrusa, el campo de energía luminosa se fortalece gracias a la energía del sanador que discurre a través del sistema nervioso central del cliente.

Seguir el rastro de la energía/entidad

Si el sanador puede disponer de dos ayudantes, la extracción la realizará el mismo sanador, mientras que uno de los ayudantes

hará el rastreo y el otro hará circular la energía. Este último enviará la energía hacia arriba por la espina dorsal del cliente tanto durante el proceso de test como en el de la extracción en sí. El rastreador localiza y monitoriza la posición de la energía/entidad durante el proceso, puesto que, dado que esta energía/entidad es fluida, puede desplazarse a los diferentes chakras o bien subir y bajar por la columna. El extractor necesitará un cristal de extracción, que deberá tener una doble terminación en punta, ser tan 202

Transparentemente como resulte posible y de un largo en torno a diez o doce centímetros.

El rastreador se ha de colocar de pie, junto al cliente, poniéndole una mano en el hombro y la otra sobre la muñeca. El que hace correr la energía comienza a dirigir la energía a lo largo de la espina dorsal del cliente, mientras que el extractor, el sanador, está de pie delante del cliente, frente a él. Las manos del cliente cuelgan libremente a ambos lados. Con el cristal en la palma de una de sus manos, el sanador agarra las manos del cliente entre las suyas y comienza a menear las manos del cliente arriba y abajo, al tiempo que sintoniza con la energía/entidad. El sanador debe tomarse su tiempo durante este proceso, utilizando la respiración para mantenerse en calma, centrado, pidiéndole al cliente que dé cuenta de cualquier sentimiento o imagen que le sobrevenga.

La extracción de la energía/entidad

La verdadera extracción se debe realizar al cabo de cinco minutos de comenzar a introducir energía por la espina dorsal, antes de que la energía/entidad intrusa se vuelva a adherir a ella. El sanador continúa moviendo los brazos del cliente y comienza a arrastrar la energía/entidad hacia abajo, hasta sus propias manos. Ha de esperar la señal del que está haciendo correr la energía, indicándole que ésta fluye con fuerza por la espina dorsal. Entonces, el rastreador le dice en qué lugar percibe la in trusión. Éste controla los movimientos de la energía/entidad, desde que se la desaloja de la espina dorsal y se mueve de un chakra a otro, o bien si intenta ocultarse en el interior del cuerpo del cliente. Con frecuencia, la energía/entidad intrusa se da cuenta de que se la está extrayendo y hace todo lo que puede por aferrarse a su huésped. El rastreador lleva el control del proceso y le da al sanador la información sobre su ubicación e intensidad.

Mi trabajo como sanador durante la realización del proceso de extracción consiste en convencer a la energía/entidad para que salga. Sé que está asustada y confusa. Le hablo en silencio, y a veces en voz alta, diciéndole que no le va a pasar nada, que cuidaremos de ella, que ya no va a sufrir más y que todo va a ir bien. Le digo que estoy aquí para ayudarla a sanar, y le aseguro que no le voy a hacer ningún daño. Con frecuencia, le hablo a la energía/entidad como le hablaría a un niño pequeño -

-

Cuando consigo convencerla para que salga, siento cómo la energía entra por mis antebrazos. No permito que la energía vaya más allá de los codos. (Aun cuando el sanador no tenga afinidades con la energía, puede afectar a su campo de energía luminosa.) En cuanto siento que la energía/entidad ha salido de mi cliente, la hago entrar en el cristal.

Hay veces en que la energía/entidad se niega a dejar al cliente. En otras ocasiones, el cliente es reacio a dejar ir a la entidad intrusa. El cliente la puede reconocer inconscientemente como alguien querido, o como una de sus propias vidas anteriores, y puede que no quiera dejarla ir. En estos casos, utilizo una respuesta de sobresalto. Le pido al cliente q cuente hacia atrás de 20 a 0, o que recite el alfabeto hacia atrás, algo que distraiga su mente racional; y, cuando siento que la energía/entidad .comienza a moverse en mi antebrazo, grito «¡Ah!» y, de un tirón, separo mis manos juntas de las suyas, capturando a la energía/entidad en el cristal. Luego, le pido al rastreador que me proporcione nueva información ¿Se ha completado la extracción? ¿Es necesario otro pase? ¿Hay más de una energía/entidad? Quizás el sanador desee hacer otra prueba muscular para confirmar que la extracción se ha verificado.

Claire es una enfermera canadiense que se inscribió en nuestra Healing the Light Body School. Un día, me pidió que le demostrara el proceso de extracción con ella. Yo era reacio a hacerlo, por cuanto no percibía problema alguno en ella. Claire era una persona equilibrada, felizmente casada y con dos hijos. Todo en su vida funcionaba a la perfección. Yo quería demostrar

el proceso con alguien de quien sospechara que tenía una energía intrusa. No obstante, ella insistió, y finalmente accedí. Y, para mi sorpresa, dio positivo en la prueba muscular. Cuando comencé con la extracción, Claire comenzó a temblar, mientras las rodillas le fallaban. La persona que hacía correr la energía detrás de ella tuvo que mantenerla derecha, puesto que Claire se había quedado tan flácida como una muñeca de trapo. Mientras yo estaba extrayendo la energía, Claire se irguió y gritó: «¡No! ¡Sé que es una trampa!». Y luego se dobló sobre sí misma y se puso a sollozar de forma incontrolada. Sentí que una energía oscura y repulsiva entraba en mis brazos, y de un tirón la introduje en el cristal, lanzando un alarido. Claire se desplomó en el suelo.

Después, su talante cambió por completo. Explicó ante toda la clase que su padre había muerto cuatro años atrás y que sentía que lo había estado llevando en torno a ella desde entonces. Después de la extracción 204

se quedó exhausta, y tuvo que estar acostada hasta la noche, cuando liberamos la energía/entidad intrusa en el fuego. Le sugerí a Claire que pronunciara cualquier despedida o adiós que quisiera expresarle a su padre. Yo no podía estar seguro de que la energía que había extraído fue realmente la de su padre. Confiaba en la intuición de Claire y, si ella tenía razón, sabía que sería importante para ella despedirse definitivamente de él. Claire le habló con ternura a la entidad mientras sostenía el cristal, dándole vueltas entre sus manos, diciéndole a su padre cuánto lo había echado de menos, no haberlo llegado a conocer de verdad

y lo agradecida que estaba por todos sus recuerdos de infancia. Cuando terminó, liberamos a la energía/entidad intrusa. Me percaté de que el aire en torno al fuego resplandecía trémulamente, mientras una brisa cálida flotaba en el aire frío de la noche. Ambas señales me indicaban que se había abierto un espacio entre los mundos. Pude sentir la presencia de seres luminosos, de hombres y mujeres medicina del mundo del Espíritu, que venían a ayudar a aquella alma sufriente, recibiéndola con un gran amor para llevarla a casa.

A Claire le llevó casi una semana recuperar las fuerzas. Durante este tiempo, decía que la alegría estaba volviendo a ella, algo que no sentía desde que su padre falleciera.

Si la sanadora tiene que realizar el proceso de extracción sin ayudantes, deberá llevar a cabo todas las tareas por sí sola. Una vez la energía esté corriendo por la espina dorsal, la sanadora se pondrá delante de su cliente y procederá a la extracción. Aquí es donde hay que estar muy atento, puesto que hay que rastrear y extraer al mismo tiempo. En estas circunstancias, yo pongo en juego mi sentido sinestésico (el tacto) para poder sentir cómo la energía desciende hasta mis brazos y entra en el cristal. Converso con mi cliente y con la energía/entidad y rastreo la energía mientras se mueve a través del cuerpo de mi cliente. El sanador puede aprender a realizar estas tareas al mismo tiempo, pero precisa de práctica y puede resultar extenuante. Yo les enseño a mis alumnos a dominar cada una de estas tareas por separado, trabajando en equipos de tres personas. Después, pueden combinar estas habilidades cuando

tienen que realizar una extracción por sí solos. Sin embargo, si descubro que la energía/entidad intrusa es «malévola», y no va a salir por las buenas sin ponerlo en aprietos, recurro siempre a otros dos sanadores para que me ayuden, uno para que haga correr la energía y el otro para que rastree a la energía/entidad.

Proceso con el cliente

Yo siempre le cuento a mi cliente lo que he percibido durante el rastreo de la energía/entidad, así como cualquier información que la energía/entidad me ofrezca. Las preguntas que normalmente le hago a la energía/entidad son: ¿De dónde vino? ¿Cuánto tiempo lleva con mi cliente? ¿Qué es lo que la atrajo hasta mi cliente? ¿Qué quería de él o ella? Los alumnos me preguntan a veces cómo puede hablar uno con una energía. ¿Acaso tiene voz la energía? Para el chamán, todo en la naturaleza tiene voz: los ríos, los árboles... y la energía. También intento averiguar qué es lo que sintió mi cliente. ¿Cómo se siente ahora? ¿Qué afinidad tiene con esta intrusión? ¿Por qué pudo sentirse atraída por mi cliente en un principio? ¿Qué hay que hacer para impedir un problema similar en el futuro?

Llevar a cabo una iluminación para completar la sanación

Después de la extracción, convendría hacer siempre una segunda iluminación. Con esto, se cambia cualquier afinidad con la energía/entidad y se completa la sanación. Si no se cambiara la afinidad, cualquier otra energía/entidad intrusa podría intentar entrar en el cliente. Una extracción es algo así como un divorcio. Puedes poner a alguien de patitas en la calle pero, a menos que cambies tus afinidades, terminarás casándote con alguien parecido. No hay negociación posible con una energía/entidad intrusa, no hay modo posible de aprender a convivir. Sólo hay un sitio al que la energía/entidad pueda ir: a la naturaleza o al mundo del Espíritu. Cuando la entidad intrusa es un ser querido que necesita ayuda, le pregunto a mi cliente si existe aún algún asunto no resuelto que necesite sanar con este ser querido o familiar. Intento ayudarlo a descubrir qué papel tiene en todo esto, y por qué asumió ese papel en un principio. Es la ocasión para decir «te quiero» o «te perdono». Cambiando la afinidad, el cliente ya no volverá a ser molestado en un futuro.

Limpiar el cristal y liberar a la energía/entidad

Conviene que el cliente acompañe al sanador a limpiar el cristal en el fuego. En primer lugar, le pregunto a mi cliente si está dispuesto a dejar 206

marchar a esta energía/entidad. Luego, lo invito a que se despida de ella del modo que considere oportuno, y a que le dé las gracias por las lecciones que le proporcionó, por dolorosas que hayan sido. Hago un fuego en mi propia oficina, en un cuenco de latón, con sales Epsom y alcohol de quemar. A mis alumnos les

doy instrucciones para que se aseguren de que el cuenco de metal que utilicen no tenga soldaduras ni junturas, dado que el calor puede fracturarlo. He comprobado que también puede ir bien un cuenco de aluminio de grueso calibre sin junturas. Pongo en el cuenco sales Epsom hasta dos o tres centímetros de profundidad; luego, echo 30 mililitros de alcohol de quemar y lo enciendo con cuidado. Con esto, creará un fuego de elevada temperatura que arderá durante alrededor de tres minutos. No añada más alcohol una vez que haya encendido el fuego, y espere hasta que el fuego se extinga y el cuenco se haya enfriado por completo antes de volver a encender en él. Las llamas del fuego de alcohol alcanzan una elevadísima temperatura y son difíciles de ver a la luz del día. Yo amortiguo las luces de la sala de sanación para ver mejor las llamas cuando paso el cristal a través de ellas. Tenga mucho cuidado cuando lleve a cabo este paso, dado que es fácil que se queme. Los sanadores tradicionales utilizan para esto una hoguera, que encienden en un escenario natural al llegar la noche. Abren el espacio sagrado y, luego, llaman a los espíritus que necesiten sanación para que vengan y se calienten las manos junto al fuego, y para que reciban cuanto puedan precisar. A la cliente se le dan instrucciones para que prepare una flecha de muerte, un palo pequeño en el que deberá haber tallado o dibujado las partes de sí misma que considera conveniente que mueran (rasgos de su carácter, síntomas y comportamientos que ya no son útiles), sobre la cual hace una oración para ponerla más tarde en el fuego. También puede hacer un fuego más convencional en el patio trasero de su casa, o en la chimenea, para limpiar el cristal. Es

muy importante que el cristal pase realmente a través de las llamas. Yo paso el cristal por el fuego tres veces, y luego me encaro hacia el sur con la cliente a mi lado. Soplo sobre el cristal en dirección al sur, luego al oeste, al norte y al este. Más tarde, limpio el cristal con agua fría. La energía/entidad intrusa sentirá el calor abrasador cuando usted pase el cuarzo a través de las llamas. El fuego expulsará a la energía/entidad del cristal. Justo en este momento puedo percibir si se trataba de una energía o de una entidad. Si fuera una entidad, será recibida por sanadores luminosos del mundo del Espíritu, que entrarán en el entorno seguro del espacio sagrado creado por usted.

Si fuera una energía intrusa, se quemará en el fuego, y su calor y su luz se liberarán en la naturaleza.

En cierta ocasión pude ver cómo un hechicero de la selva extraía una entidad de su cliente para luego sostener el cristal muy cerca de las llamas, con la intención de que la entidad sufriera con el calor de la hoguera. El hechicero creía que aquella entidad había sido enviada por un hechicero rival para perjudicar a su cliente, y pretendía darle una ardorosa lección. Nosotros no hacemos estas cosas. Las llamas liberan a la entidad para que regrese al mundo del Espíritu, para que este ser pueda alcanzar finalmente la paz.

Habrá ocasiones en que descubrirá una entidad intrusa oculta por debajo de una energía intrusa. Una vez se termina con

la extracción y se hace el test muscular, el cliente debe dar una respuesta fuerte. Si la respuesta es débil, vuelvo y rastreo de nuevo. Uno de estos casos fue el que le sucedió a Therese.

Therese era una auxiliar laica de una iglesia católica de Cincinnati cuando se inscribió en el programa de Healing the Light Body. En aquella ocasión, decidimos hacer nuestra última sesión de formación en el Parque Nacional del Cañón de Chelly, dentro de la reserva de los navajos. Durante muchos años, Therese se había sentido menospreciada dentro de la Iglesia, a pesar de que todos reconocían que ella era la fuerza unificadora en el seno de la congregación. Pero, dado que era una mujer de fe católica, no tenía ninguno de los derechos ni de los privilegios de un sacerdote para dirigir las ceremonias religiosas, a pesar de su amplia formación teológica. Según el dogma católico, se le permitía dirigirse a la congregación sólo como preludio de la intervención del sacerdote, de modo que sentía que ella en particular, y las mujeres en general, eran ciudadanas de segunda clase dentro de la Iglesia.

Estábamos rodeados por muros de roca roja de centenares de metros de altura. A mitad de altura en el despeñadero, estaban las ruinas de una antigua morada anasazi. Yo había puesto a un alumno detrás de Therese para que hiciera correr la energía por su espina dorsal, mientras que dos rastreadores controlaban la situación y los movimientos de la energía intrusa. Al cabo de unos momentos de iniciar la corriente de energía por su columna, los rastreadores dieron cuenta de una masa oscura que iba de aquí para allá dentro de su campo de energía

luminosa. Decían que parecía un cometa oscuro que se elevaba dentro de su cuerpo. Tomé a Therese de las manos y cerré los ojos, con la intención de visualizar 208

aquella energía. Poco a poco, comencé a sacar la energía a través de las puntas de sus dedos y a introducirla en el cristal de extracción. No ofrecía demasiada resistencia. La masa oscura se precipitó dentro del cristal, donde quedó alojada de forma segura. Los rastreadores informaron que la masa oscura había desaparecido. Luego, volvimos a hacerle el test a Therese. Durante la extracción, ella había dicho tener sentimientos o sensaciones inhabituales, y ahora decía sentir náuseas. Para mi sorpresa, dio una respuesta débil en el test. A duras penas podía sostener el brazo en alto. Le pedí a mi ayudante que volviera a hacer correr la energía y, cuando exploré el campo de energía luminosa de Therese, percibí a un hombre ataviado con vestiduras negras, como las que llevan los sacerdotes católicos. Sentí una comunicación en mi cabeza, como si aquel hombre se estuviera riendo y diciendo: «Es mía. Si crees que te la vas a llevar, vas a tener que emplearte a fondo». Era como si yo pudiera escuchar estas palabras en mi cabeza, y como si pudiera sentir el odio y la acritud en el tono de su voz.

Había una entidad intrusa por debajo de la energía que habíamos extraído. Le conté a Therese lo que había visto, y ella dijo tener la sensación de que aquel hombre la había hecho muy desdichada alguna vez, en un distante pasado. Se vio a sí misma castigada por ser una mujer sabia, que había terminado siendo vista como una amenaza para la Iglesia. Este hombre la había

torturado físicamente y había hecho del sufrimiento de ella una cuestión personal. Y su espíritu seguía atormentando a Therese. Si hubiera estado dentro de un cuerpo, aquel hombre se habría visto arrastrado magnéticamente hasta Therese y se habría implicado en su vida de un modo igualmente destructivo. De hecho, Therese había manifestado el mismo dilema con la Iglesia en esta vida. Seguían viéndola como una amenaza. Y claro está que, en la actualidad, los instrumentos de tortura son más sutiles: vergüenza, ostracismo y desautorización.

Ahí teníamos a un verdadero «malévolo», que creía poseer a Therese y que absorbía su energía vital a través de su tercer chakra. No es extraño que una entidad parásita tenga la sensación de que «posee» a su huésped. Aquel sujeto estaba engarzado en su espina dorsal, enroscando sus zarcillos de oscura energía en torno a los nervios que surgen de la espina dorsal. Su identidad se había llegado a entretejer con la de Therese.

Toda entidad intrusa sufre, y está necesitando que se la sane. Cuando aprendí a realizar el proceso de extracción, me preocupaba por aquellas ocasionales entidades «malévolas». Se me antojaba como una prueba 209

para mis habilidades. Pero, con el tiempo, he llegado a comprender que tenemos que amar a estas entidades, por oscuras que puedan parecernos. Ellas también vienen hasta nosotros en busca de sanación. Cuando las entregamos a los sanadores luminosos del mundo del Espíritu, estas entidades nos devuelven gratitud y amor, y de vez en cuando hasta regresan para

ayudarnos durante una extracción difícil.

Tomé de las manos a Therese e intenté engatusar a la entidad, hablándole en silencio, haciéndole saber que estaba allí para ayudarla a terminar con su sufrimiento. Pero la entidad no quería saber nada de todo aquello. Se rió y se burló de mí. Mientras tanto, a Therese se le doblaron las rodillas, y el rastreador que había tras ella tuvo que sujetaría. Había perdido toda su fuerza física, y tenía la sensación de que iba vomitar en cualquier momento. Le pregunté a la entidad qué necesitaba de Therese, y me respondió que la odiaba, y que odiaba todo lo que ella representaba: feminidad, coraje y espiritualidad. Le dije que podría encontrar todas esas cualidades en sí mismo si estuviera dispuesto a pasar por la sanación. Pero la entidad se echó a reír de nuevo. En ese momento, comencé a sentir náuseas. Estaba empezando a marearme, y sentía un regusto metálico en la boca. Le pedí a Therese que contara de 20 a 1 y, cuando llevaba más o menos la mitad de la cuenta, di un tirón y saqué a la entidad. Therese se desplomó en el suelo, las náuseas se me pasaron de inmediato, y pude sentir que el cristal se calentaba y se ponía a palpitar en mi mano.

Les pasé el cristal a los demás para que pudieran sentir la energía que había en su interior. Todos pudieron sentir el calor y la intensidad que emanaban del cuarzo. Tras una extracción, conviene mantener el cristal vertical; tenga cuidado de no apuntar con ninguno de los extremos hacia usted; dado que, a veces, la energía/entidad puede escapar y entrar por alguno de sus chakras, si tiene usted afinidad con ella, con lo cual necesitará

que le hagan la extracción a usted. Yo advierto a mis alumnos para que aprendan primero este proceso, dado que pueden verse arrastrados inconscientemente a trabajar con otro alumno de similar constitución psicológica, y la energía/entidad puede cambiar simplemente de huésped, dejando al cliente y alojándose en el sanador.

Le entregué el cristal a Therese, que estaba en el suelo sollozando en silencio.

–Ésta ha sido la batalla de toda mi vida –dijo–. Siempre pensé que había nacido con el sexo equivocado.

Le pregunté a Therese qué quería hacer con aquella entidad.

–Me gustaría ponerla en el fuego y asarla un poco, para que sintiera una parte del dolor que me ha estado infligiendo a mí durante tantos años.

Le dije a Therese que llevara consigo el cristal durante unos días y que meditara sobre lo que había estado recibiendo de aquella entidad. Una entidad intrusa siempre aporta a la cliente beneficios secundarios. A veces es un sentido de propósito, o una causa por la que luchar; o a veces es un espejo distorsionado en el que la cliente puede contemplar su propio reflejo. Dos días después, Therese vino a verme y me dijo que ya entendía cómo se había beneficiado con aquella entidad. Él era la fuente de su

cólera contra el sistema de la Iglesia, y en muchos aspectos contra lo masculino. Aquella cólera le había dado la fortaleza para educar por sí sola a sus dos hijas, y para apoyar emocionalmente a las mujeres de su congregación. Estaba dispuesta a perdonar a aquella entidad y a darle las gracias por las valiosas lecciones que había aprendido. Si Therese hubiera intentado curarse a través de una psicoterapia convencional, habría llegado a muchas de las mismas conclusiones. Pero las conclusiones no equivalen a transformación. La entidad intrusa habría permaneci do confortablemente alojada dentro del campo de energía luminosa de Therese.

Aquella noche hicimos una gran hoguera. Invitamos a los antiguos moradores de los cañones a que vinieran y estuvieran presentes en nuestra ceremonia. Después, le pedí a Therese que me acompañara hasta el fuego y que le dijera adiós a aquel ser que había estado con ella durante tanto tiempo. Ella estaba dispuesta a perdonarlo y a dejarlo en libertad. Pasé el cristal a través de las llamas tres veces y, cuando soplé la energía del cristal en dirección al sur, sentimos que una bola de luz surgía del cuarzo. Todos percibieron la presencia de los espíritus celestes que recibían a aquella alma herida. Lo acogieron con ternura, como una madre que recoge a un hijo en su regazo, y lo llevaron hacia la luz. Desde entonces, Therese se ha convertido en una consumada sanadora por derecho propio, y destaca en su comunidad cristiana por sus profundos ceremoniales. Ha dejado la Iglesia oficial y son muchas las personas que van en su busca para que celebre bodas y otros ritos de paso.

9
LA MUERTE Y EL MÁS ALLÁ

El autobús nos dejó donde el polvoriento camino cruzaba el lecho seco de un río. Desde allí, había otros dos días a pie hasta la casa de El Viejo, el maestro de Antonio, que ahora tenía noventa y tantos años. Mi mentor se había enterado de que el anciano se estaba muriendo, y todos sus alumnos se estaban congregando para honrar su paso. Antonio me había invitado a acompañarlo. Sólo metí en mi bolsa lo más necesario: tienda, saco de dormir, filtro de agua, frutos secos y un hornillo de campamento, todo amontonado en mi morral. Antonio sonrió cuando vio lo que yo consideraba «lo más necesario» para este viaje. Él sólo llevaba su poncho y un macuto con quinua, un cereal que los incas refinaron hace siglos. No llevaba morral, ni tampoco saco de dormir: Sin peso a la espalda.

Fuimos los últimos en llegar. El Viejo yacía en un jergón cubierto de pieles que había en el centro de una habitación, en una cabaña de piedra y barro. Había velas por todas partes, y un denso olor a cera en el ambiente. Los últimos rayos del sol se filtraban a través de la ventana, y a media luz pude atisbar los curtidos rostros oscuros de los hombre y mujeres que se habían congregado allí. Todos llevaban ponchos, algunos llevaban camisas y suéteres; otros, prendas hechas a mano con los

diseños de sus aldeas. Todos tenían cincuenta y tantos o sesenta y tantos años. Un hombre, el más joven de todos, tocaba una flauta de bambú en un rincón. Todos habían traído regalos para El Viejo: flores, piedras medicinales, keros de madera, los recipientes de bebida ceremoniales.

El anciano iba a hacer su tránsito aquella noche.

Me senté en un rincón, junto al que tocaba la flauta, e intenté hacerme invisible, pero Antonio me hizo señas con una mirada para que -

-

me pusiera a su lado, junto al anciano. Antonio sostenía la mano de El Viejo, y pude ver en la cara del anciano una bondad y un valor que nunca antes había visto. El anciano asintió con la cabeza, y Antonio me indicó que ya podía regresar a mi rincón.

Uno a uno, todos los alumnos de El Viejo besaron al anciano. A cada uno de ellos le dio una piedra de su altar y una bendición. A Antonio le dio un objeto brillante que, posteriormente, vería que era un búho de oro, antiguo, precolombino, que probablemente había pasado de maestro a discípulo durante generaciones. Después, tomó un último y trabajoso aliento, y la calma y la paz cubrieron sus rasgos. Mientras exhalaba, mi mentor pegó sus labios a los del anciano, recibiendo su último aliento, y luego pegó sus labios a los de la mujer que había a su lado. Y así, el aliento de El Viejo se pasó

de boca en boca por toda la habitación. Después, alguien abrió la ventana, y la última persona en recibir el aliento del anciano lo dejó ir hacia el sol poniente.

El Viejo era libre.

DIARIOS

La vida termina con el último aliento, del mismo modo que comienza con el primero. Muchos somos los que hemos crecido con la idea de que, cuando muramos, iremos al cielo si hemos sido buenos, o al infierno si hemos sido malos. Los conceptos del cielo e infierno son estrictamente europeos. Para el chamán, no existe tal cielo sobrenatural. Sólo existe el mundo natural, con sus reinos visibles e invisibles, entre los cuales entre los cuales está el mundo del Espíritu. Por otra parte, no existe un principio maligno independiente en el Universo, sino que, más bien, vivimos en un Universo benigno que se toma un interés personal en nuestro bienestar. El mal sólo existe en los corazones de los hombres y las mujeres. No hay ninguna fuerza externa depredadora de la cual tengamos que guardarnos. Cuando los misioneros comenzaron a predicar y a hablar del infierno, los indios les preguntaban dónde estaba situado. Los sacerdotes respondían que no estaba en el mundo visible. La analogía más cercana que podían imaginar para describir la ubicación del infierno era señalando con el dedo hacia el suelo. Pero esto confundía a los indígenas america nos, para quienes toda la vida surge de la Tierra.

Cuando el cuerpo físico regresa a la Tierra, el alma se prepara para su gran viaje a casa. Cuando el cerebro detiene sus procesos, se disuelve 214

el campo electromagnético que genera el sistema nervioso central, y el campo de energía luminosa se desprende de lo que hasta entonces fue su hogar. Cuando esto ocurre, el campo de energía luminosa crece y se convierte en un toro traslúcido con forma de huevo, en el que se contienen los otros siete chakras, que siguen brillando como puntos de luz durante unas cuantas horas tras el fallecimiento. Si todo discurre sin problemas, esta esfera luminosa, que es la esencia o alma de la persona, atraviesa más tarde el eje del cuerpo luminoso, para volver a ser uno con el Espíritu. Esto sucede con gran rapidez, en cuanto el campo de energía luminosa se libera del cuerpo. El toro del campo de energía luminosa se comprime a través del portal creado por su eje central, como un donut que se hiciera pasar a través de su propio agujero.

Si la persona moribunda conserva la conciencia después de la muerte, entra en la luz Con facilidad. Mi mentor comparaba esta luz con el amanecer en una mañana sin nubes, un estado de pureza primordial; una descripción provocadora, inmensa y vasta. La negrura de la muerte, causada por el colapso de los sentidos, retrocede y se disipa bajo la luz del Espíritu.

El pueblo huachipayre del Alto Amazonas tiene la creencia de que pueden viajar hasta los dominios que hay más allá de la muerte cuando ingieren ayahuasca, una planta alucinógena,

sagrada para ellos. Durante la ceremonia, suelen experimentar terroríficas visiones de su muerte. En algunos casos, cuentan haber sido desmembrados por un jaguar o tragados por una gigantesca anaconda. En cierta ocasión, mientras trabajaba con ellos, sentí cómo un águila gigantesca me picoteaba la cara. Cada uno de sus picotazos, que me arrancaban trozos de carne, me provocaba un agudo dolor. Muchos de los ritos de iniciación de la antigüedad, incluidos los de los egipcios, los griegos y los sirios, estaban diseñados para llevar al iniciado a través de un proceso similar de muerte simbólica, mediante el cual dejaba de identificarse con el ego mortal.

En mi formación con los hombres y mujeres medicina del Amazonas, pasé por intrincados ritos de muerte, que me despojaron de mi yo egoico. Durante las ceremonias de ayahuasca, llegué a sentir un terror que jamás hubiera pensado que se pudiera sentir. Todos los demonios imaginables aparecieron ante mí, y mi cuerpo fue desmembrado de centenares de formas diferentes. Después, una luz blanca me envolvía, y me hacía inseparable de ella. Con los años, regresé en múltiples ocasiones para trabajar con los chamanes de la ayahuasca, y un día descubrí que 215

ya no necesitaba transitar por el miedo para experimentar la luz infinita. Aquella noche, Don Antonio se volvió hacia mí y me dijo: «La muerte ya no vive dentro de ti. La has exorcizado de ti. La muerte ya nunca reclamará».

Mi mentor se estuvo preparando durante toda su vida para este viaje. Poco antes de morir, me explicó que las fases de este

viaje eran diferentes para él, por ser chamán, que para cualquier otra persona que no se hubiera preparado para encontrarse con la muerte. Tenía plena confianza en alcanzar la libertad que es posible alcanzar en el instante de la muerte, en el amanecer de la luz del Espíritu. En ese momento, decía, uno percibe el amanecer como si lo hiciera desde la cima del mundo. Eres más alto que la más alta de las montañas. No sólo sale el sol fuera de ti, sino que, simultáneamente, sientes el sol elevándose en tu vientre, y sientes toda la Creación agitándose dentro de ti. Reconoces que eres uno con luz del amanecer. Te sometes a la luminosidad que hay a tu alrededor, a la luminosidad que te envuelve, y te haces uno con ella. Durante esta fase, te encuentras con seres luminosos, con hombres y mujeres medicina que te ayudan a entregarte a la luz. Las leyendas incas dicen que todos somos viajeros de las estrellas, y En ese punto del proceso de la muerte podemos reembarcarnos en nuestro gran viaje por la Vía Láctea.

Si la persona no consigue reconocer el amanecer como el despertar de su propia conciencia, el sol sigue elevándose con un millón de fascinantes y cegadores colores. Todo en la naturaleza toma vida en una sorprendente exhibición de luz y sonido. Es como si estuviera repitiéndose el primer día de la Creación. En esta fase, las fuerzas de la naturaleza se manifiestan en su pura esencia. Ya lo uno se ha separado en lo múltiple. El agua parece luz líquida; la Tierra parece luz; todos los elementos, están representados en su luminosidad y se funden en bolas de energía. En este punto, tenemos una segunda oportunidad para reconocer nuestra naturaleza luminosa, para darnos cuenta de que no somos diferentes de esa luz fascinante y de las energías que nos

envuelven. El chamán que ha pasado toda su vida preparándose para este momento puede alcanzar la liberación quitándole todas las cadenas a la conciencia durante las dos primeras fases de la muerte. Otros, sin embargo, quizás experimentan un instante de completa iluminación, para luego deslizarse de nuevo en la inconciencia. Para ellos, este proceso pasará con un resplandor de luz cegadora. Quizá ni siquiera se den cuenta de que han pasado a través de él.

216

El temporal de viento que supone la muerte es tan poderoso que muchas personas se quedan inconscientes y se despiertan más tarde, en la tercera fase del viaje. Nos damos cuenta de que seguimos teniendo una forma, de que somos un hombre o una mujer, que podemos ser jóvenes y sin enfermedad alguna. Pero el amanecer de la conciencia ha pasado, y estamos ahora en el crepúsculo. Los colores ya no son tan nítidos ni están tan bien definidos, aun cuando nuestra conciencia se ha elevado increíblemente. Nuestros sentidos ordinarios no están separados entre sí. Sentimos sintéticamente, con la totalidad de nuestro ser, y todo a nuestro alrededor está vivo. Precisamente en esta fase pasamos por la revisión panorámica de nuestra vida, en la que cada acción, cada palabra y cada obra que hemos realizado aparecen ante nosotros y deben tenerse en cuenta.

Tras el proceso de revisión de la vida, nos encontramos can aquellos que han muerto antes que nosotros, con nuestros progenitores, con amigos y con personas a las que quizás hicimos

daño o con las que quizá fuimos injustos. Mi mentor me decía que estos dominios tienen diversos niveles, cada uno de los cuales vibra con una frecuencia mayor que el nivel inmediatamente inferior. Los niveles inferiores son muy densos, Y están relacionados con los dominios del Pueblo de las Plantas. Las personas atrapadas en estos dominios inferiores se están purificando en un mundo de oscuridad, donde no tienen ojos con los que poder ver, ni manos con las que sentir. Sólo perciben la vaga presencia de los demás. Son dominios ligados a la Tierra para los humanos (si bien son lugares perfectamente adecuados para el Pueblo de las Piedras). Aquí revivimos nuestro dolor y nuestros sufrimientos, mientras que los niveles superiores están impregnados de dicha y de paz. En ellos, nos reunimos con nuestros seres queridos y nos solazamos a la luz del Espíritu hasta la siguiente encarnación. Todos gravitamos de forma natural hacia un nivel o hacia otro, dependiendo del modo en que hemos vivido la vida. Podemos ver a los que se encuentran en los niveles inferiores, pero ellos no nos pueden ver, y sólo podemos hablar e interaccionar con los que se encuentran en nuestro propio nivel. El cuarto nivel es nuestro hogar espiritual, donde nos reencontramos can nuestros antepasados y con nuestra familia.

El quinto mundo es el de los dominios de los seres luminosos consagrados a ayudar a toda la humanidad. Los chamanes que han dominado el viaje más allá de la muerte regresan a este nivel. Hace mucho 217

tiempo, cuando se elaboraron los ritos chamánicos de muerte, era muy difícil llegar a este nivel. En la actualidad, es mucho más

accesible. Los más aguerridos entre los hombres y las mujeres que han venido antes que nosotros han trazado resplandecientes senderos. Las profecías de los hopis y de los incas dicen que todo nuestro planeta emergerá en el quinto mundo, haciendo referencia a nuestra entrada en los dominios de los ángeles. Mi mentor solía decirme: «No estamos aquí sólo para hacer crecer el maíz, sino para hacer crecer dioses». Y yo estoy convencido de que se refería a esto.

CUANDO MORIMOS

Un extraordinario fenómeno tiene lugar en el momento de la muerte. Cuando cesa la actividad neuronal y el cerebro se detiene, se abre un portal entre las dimensiones. Los velos entre los mundos se abren, permitiendo entrar en el mundo del Espíritu a la persona moribunda. Si la persona ha dejado asuntos por concluir en este mundo, tendrá problemas para pasar a través de este portal. La parábola bíblica según la cual es más fácil que un camello pase por el ojo de una aguja que el que un hombre rico entre en el cielo habla de las dificultades con las que se encontrarán aquellos que descuidaron la dimensión espiritual en su búsqueda de gratificaciones materiales. No podemos llevarnos nuestra identidad mundana al más allá.

La persona que está lastrada por la carga de un pesado equipaje emocional permanece ligada a la Tierra. Su alma tendrá que pasar por una revisión intensiva de su vida tan pronto como llegue al otro lado. Hay personas que han pasado por una experiencia cercana a la muerte y que recuerdan haber vivido una revisión panorámica de su vida, un amplio y detallado día del juicio, aun cuando la experiencia tuvo lugar en sólo unos minutos de tiempo terrestre. Si la persona no vuelve al cuerpo fí sico, la revisión de la vida puede parecer que dura años, dado que las energías tóxicas que hay en el campo de energía luminosa deben entrar en combustión en una atmósfera en la que hay poco aire, lo cual hace que esta purificación sea más difícil de llevar a término.

Tras la muerte, el campo de energía luminosa se desprende del cuerpo físico. Hay dos fuerzas que ligan el campo de energía luminosa al cuerpo. La primera es el campo electromagnético generado por el sistema nervioso.

218

Cuando la intensidad del campo cae a cero, en el momento en que cesa la actividad eléctrica del cerebro, se disuelve la fuerza electromagnética principal, que liga el cuerpo luminoso con el cuerpo físico. El segundo enlace es el de los chakras, que aseguran el campo de energía luminosa a la columna vertebral. Durante los ritos rinales, liberamos todos y cada uno de los chakras corporales, separamos el cuerpo luminoso físico y sellamos los chakras para que el alma no pueda reengancharse de nuevo al cadáver. Cuando desenganchamos los chakras del cuerpo físico, podemos devolver a la Tierra lo que siempre le perteneció a la naturaleza, y al Cielo lo que siempre le perteneció al Espíritu.

En diversas ocasiones, mientras me formaba con mi mentor, tuve la oportunidad de asistir a varios funerales y de observar el campo de energía luminosa del fallecido. En todos los casos, me di cuenta de que el cuerpo luminoso seguía conectado con el cadáver a través del vientre. Días después, cuando iba al cementerio, veía que el cuerpo luminoso seguía cerniéndose por

encima de la tumba, enganchado a un cuerpo físico en descomposición que ya no era su hogar. Poco después de la muerte, el pórtico entre los mundos se abre. El chamán con el que me formé creía que este pórtico se cerraba cuarenta horas después del último aliento. El alma tiene entonces que viajar a través de todos los planos adonde purgan todos aquellos que no han muerto conscientemente.

PREPARACIÓN PARA LA PAZ

Creo que a las personas debería dejárselas morir en su casa, donde están más cómodas y se ven rodeadas por aquellos que los quieren. Pero no es muy habitual en la actualidad que la gente muera en su casa; con frecuencia, la muerte tiene lugar en el hospital. Muchos médicos y enfermeras están tan desconcertados como el resto de los humanos ante el hecho de la muerte, pero puede que lleguen a saturarse al tener que enfrentarse a ella todos los días. Asegúrese de que el personal del hospital conoce y respeta los deseos del moribundo y de su familia. Si el personal del hospital no tiene instrucciones explícitas del moribundo o de los familiares cercanos, tienen que tomar todas las medidas necesarias para prolongar la vida del paciente. Este imperativo legal está diseñado para proteger al hospital de potenciales pleitos ante la justicia, pero no para asegurar la calidad de vida del moribundo y de su familia.

Si tiene usted un ser querido en el hospital y ya sabe que no

hay nada más que los médicos puedan hacer, pida una habitación privada y haga que le desconecten todos los monitores. Asegúrese de que se han dado instrucciones específicas indicando el deseo de su ser querido de no ser resucitado o de que no se tomen medidas extraordinarias para revivirlo, Unas instrucciones escritas y una serena fortaleza harán saber al personal médico que no se les piden actos heroicos.

Cuando la persona se encuentre en los estadios finales de la muerte, pida que se le retiren todas las inyecciones y todo procedimiento agresivo, salvo los medicamentos que le alivien el dolor. Los procedimientos médicos agresivos pueden provocar dolor, ira y confusión en el moribundo. Si es usted un familiar cercano, dispone de autoridad para instar a los médicos a que le administren medicación suficiente con objeto de aliviar el dolor, pero no tanta como para que el moribundo quede inconsciente.

Debería permitirse a las personas morir tranquilamente. Morir en paz es el más precioso de los regalos que se le pueden hacer a un querido. Los sentidos del moribundo se intensifican, particularmente el sentido del oído. Los ruidos más pequeños se amplifican dolorosamente, y generan ansiedad y confusión. Haga que este difícil tránsito resulte tan suave como sea posible. La habitación de su ser querido debe ser un templo de paz en el momento de su tránsito. Hable frecuente y cariñosamente con él. Si está en coma, e incluso después de haber dejado de respirar, su alma puede escuchar aún el sonido de su voz. El amor que usted le profese le llegará hasta dimensiones que usted nunca podría imaginar.

Después de la muerte, no molesten el cuerpo durante tanto tiempo como les sea posible. Esto es muy difícil de hacer en un hospital; pero, con un poco de creatividad y de inventiva, puede conseguir al menos unas cuantas horas de calma. El campo de energía luminosa del fallecido atraviesa una serie de cambios drásticos cuando se desengancha de los chakras. El cuerpo luminoso se expande en un torbellino de energía y, luego, se contrae violentamente dentro del cuerpo físico, si bien es incapaz de reanimarlo. En el Tíbet, el cuerpo de un difunto se vela durante tres días. Sin embargo, los reglamentos hospitalarios no permiten que el cuerpo esté sin embalsamar durante tanto tiempo, razón por la cual los procedimientos que se describen a continuación resultan tan importes.

220

Cuando murió mi padre, percibí su cuerpo luminoso flotando en el aire hasta que se llevó a cabo el funeral, dos días después, a pesar de que ya se había liberado de sus restos físicos. Mi madre había organizado un servicio religioso sencillo en una iglesia de la zona y, al término de la ceremonia, sentí cómo una brisa pasaba flotando sobre el altar; sentí que mi padre partía en un torrente de luz. Cuando llegamos al cementerio una hora más tarde, en el ataúd ya no había energía alguna.

RITOS DE LUZ

Aprendí esta técnica de Doña Laura, en los Andes. Ella no sólo era una consumada comadrona y chamana, sino que también estaba muy solicitada por su experiencia para ayudar a nacer a la gente en el mundo del Espíritu. Otro alumno suyo y yo la ayudábamos siempre que podíamos. Una vez, hace más de veinte años, descubrí lo importantes que eran estos ritos.

La casera había oído que alguien había fallecido, y Doña Laura nos envió a Juan y a mí a la ciudad para practicar la visión. Éste era mi segundo de tales viajes, y se me hizo muy largo el recorrido hasta Cuzco, en un desvencijado autobús, por una polvorienta carretera en las alturas de los Andes. El encargado de la funeraria, un chico que aún no tenía los veinte años, estaba barriendo el barro reseco que la gente había estado entrando con sus zapatos en el local durante el día. Era casi medianoche, y sólo quedaban dos personas de las que habían asistido al funeral. Juan y yo esperamos, mientras la mayor de las dos mujeres se echaba el negro chal sobre los hombros y le daba al muchacho una moneda al pasar junto a él, camino de la calle.

Dejé hablar a Juan. Al cabo de un rato, el chico nos llevó a la sala donde yacía el fallecido, en una sencilla caja de madera en la que había inscrito el padre nuestro. El muchacho hizo un gesto con la cabeza y cerró la puerta. Mi compañero

sacó tres velas de cera de abejas de su bolsa y las puso en torno a la caja de madera. Nos echamos hacia atrás media docena de pasos, nos sentamos en las sillas y practicamos el ejercicio de la segunda conciencia. Pero no habíamos hecho más que empezar cuando Juan apagó un grito, dándome un susto que casi me echa de la silla. Nunca me habían gustado los funerales, y me resultaba 221

violento haber entrado a escondidas en uno de ellos pretendiendo ser familiares lejanos.

–¡Mira! –exclamó Agucé la vista en dirección al ataúd, pero lo único que pude ver fue el parpadeo de las velas.

–¡Mira cómo brilla por encima de la caja!

Juan estaba evidentemente nervioso, y yo estaba empezando a sentirme irritado, pues no podía ver nada. Me levanté, me acerqué a aquella caja de madera abierta, y miré dentro, esperando ver a una persona anciana, como aquella que habíamos visto en nuestra anterior visita. Pero, en vez de esto, me encontré con una niña india de no más de doce años; con colorete en las mejillas y un vestido rojo nuevo. Unas gruesas lágrimas me cayeron por las mejillas. Me arrodillé en el banco que había junto a la caja y recé por ella lo mejor que supe.

–Vámonos –dije, mientras volvía junto a Juan.

Entonces, me volví y vi el campo de energía luminosa, un globo dorado que se cernía sobre la caja abierta. La base del globo estaba todavía conectada con el cuerpo físico, en algún

punto entre el corazón y el vientre.

–¿Estás viendo eso? –le pregunté a Juan

–Claro –dijo él.

–¿Qué vamos a hacer? –pregunté

–Nada -respondió Juan.

Y me recordó que Antonio había dejado bien claro que íbamos sólo a observar el cuerpo luminoso fallecido, y a recitar una oración, si así lo deseábamos.

En una aventura previa, Juan y yo habíamos seguido a una persona que acababa de fallecer hasta el cementerio, y pudimos ver el cuerpo luminoso sobresaliendo literalmente de la tierra, enganchado aún al cuerpo físico. Laura nos había dicho que, cuando una persona muere inconscientemente, puede quedar atrapada entre los mundos, inconsciente de haber muerto, y que su cuerpo luminoso sigue enganchado a una forma física sin vida. Una mujer o un hombre medicina, explicó, la habría ayudado a desprenderse de su cuerpo físico.

Hizo falta rogar un poco pero, al final, Juan accedió a que intentáramos liberar a la niña. Juan trabajó por encima del cuerpecito, desconectando cada uno de los 222

chakras. Yo permanecí junto a los pies de la niña. Al cabo de unos momentos, nos hicimos hacia atrás y miramos. El campo de energía luminosa era ahora un globo pulsante que brillaba por encima del cuerpo físico, casi como si tuviera latido propio. Juan y yo nos miramos y asentimos con la cabeza, complacidos. El

alma de la niña era libre.

Cuando regresamos a casa de nuestro mentor lo encontramos sentado a la mesa, hablando en voz baja con Doña Laura, a la luz de una vela. En cuanto entramos en la habitación se volvieron hacia nosotros y nos preguntaron qué habíamos hecho.

–Nada –respondimos al unísono–. Bueno, nos hemos tomado una cerveza, después de salir de la funeraria.

Yo sabía que Don Antonio era muy estricto en su advertencia de que no bebiéramos.

–Eso no tiene importancia –respondió él.

Y entonces, Laura preguntó:

–¿A quién os habéis traído a casa?

El alma de la niña nos había seguido hasta allí. Antonio y Laura podían verla cerniéndose sobre nosotros. Aunque Juan y yo habíamos aprendido el modo de desenganchar el campo de energía luminosa del cuerpo físico, todavía no habíamos aprendido los ritos finales. Antonio nos miró severamente e hizo que nos sentáramos con Laura durante el resto de la noche, mientras él ayudaba a la niña en su viaje de regreso al infinito.

DIARIOS

Los ritos de muerte ayudan a volver al infinito a la persona que muere. Existen tres pasos en los ritos de muerte.

1. Recapitulación y perdón.
2. Concesión del permiso para morir.
3. Los ritos finales.

RECAPITULACIÓN Y PERDÓN

Deseamos ayudar a un ser querido a dar término a su vida antes de la muerte. Es

tan difícil decir «Te perdono» desde el mundo del Espíritu y que te escuche una persona viva, corno decir «Te perdono» a alguien en un sueño y conseguir que la persona real te escuche. Cuando una persona pone término a su existencia terrestre, transita sin esfuerzo por los dominios que hay más allá de la muerte. La recapitulación y el perdón culminan la vida. De este modo, los acontecimientos del pasado ya no tienen que ser perdonados durante la revisión de la vida que tiene lugar en el otro lado. La inmensa mayoría de los informes sobre experiencias cercanas a la muerte nos dan cuenta de experiencias positivas. Sin embargo,

el cardiólogo Maurice Rawlings entrevistó a varias personas en la mesa de operaciones inmediatamente después de resucitarlas, y descubrió que casi la mitad de las personas hablaban de encuentros, infernales. Rawlings cree que muchas de las personas tienen visiones infernales, pero que las reprimen en los días posteriores a su resucitación. Otros investigadores creen que estas visiones infernales pueden ser autoinfligidas. Raymond Moody, uno de los más famosos investigadores de experiencias cercanas a la muerte, afirma: «En los casos que estudie, el juicio no procedía del ser de luz, que parecía amar y aceptar a estas personas de cualquier manera, sino más bien de dentro de la persona que estaba siendo juzgada». Nosotros somos el acusado, el defensor, el juez y el jurado, todo a la vez. ¿Hasta qué punto estamos dispuestos a perdonarnos a nosotros mismos? El perdón y la culminación, el término, el cierre, mientras aún estamos vivos, es el objetivo de la recapitulación.

Es muy importante que la familia ponga voz al perdón y al amor que no se expresaron durante el curso de la vida. Es esencial que la persona sintonice con la familia para que pueda fallecer en paz. Estoy convencido de que usted se sorprendería del poder sanador de un simple «Te quiero» de un progenitor moribundo a su hijo, o viceversa. No siempre es fácil, evidentemente, pero toda una vida de errores se puede desenma rañar gracias al perdón, aunque sea al final de la vida.

La recapitulación le ofrece a su ser querido la oportunidad de que él le cuente su historia. Tener la oportunidad de contar la propia historia tiene un poderoso efecto catártico y sanador. Es el

equivalente a hacer la revisión de la vida antes de morir. La recapitulación no es un momento para recriminar cosas del pasado. Es un momento para escuchar la historia de su ser querido. Cuanto antes haga la recapitulación, y cuanto más amplia sea la revisión de la vida, más fácil será la transición. A veces es difícil dar inicio a esta conversación, especialmente si usted no ha mantenido un diálogo íntimo 224

con ese ser querido durante años. Busque la manera de entrar en el diálogo. Por ejemplo, pregúntele a su madre por el día en que conoció a su padre, por el modo en que se cortejaron o por cómo les fue en su primera cita. Haga aflorar sus sentimientos con preguntas concretas. ¿Qué ropa llevaba su futuro marido aquel día? ¿Supo, cuando lo conoció, que él era el hombre de su vida? Prepárese a escuchar y a hacer preguntas. Se sorprenderá de cuán dispuesta puede estar una persona a contar su historia ante alguien que muestra interés. Pregunte a su ser querido por sus padres y por su infancia. ¿A qué escuela fue? ¿Qué ropa le ponían? ¿Se encaprichó de alguien cuando iba al instituto? ¿Cómo era su vida familiar, en casa? Poco a poco, lleve la conversación a temas más personales: ¿A quién necesitaría perdonar? Recuérdele a su ser querido que puede perdonar a cualquier persona mediante una oración o una bendición. Después, la persona moribunda necesitará perdonarse a sí misma y tener la certeza de que la vida se lo perdona todo. Finalmente, pregúntele cómo le gustaría que se le recordara. ¿Con qué historias le gustaría que lo recordaran sus nietos? La recapitulación da término a la vida a través del perdón. Ayude a su ser querido a desprenderse de cualquier sentimiento

relacionado con el daño que le hayan hecho o el daño que él haya podido hacer a los demás.

En las semanas previas al fallecimiento de mi padre, nos sentábamos juntos a charlar todos los días, mientras él me contaba la historia de su vida. Al principio, mi padre se mostraba inseguro, pero no tardó en verse inundado de imágenes del pasado. Era como si se hubiera roto una presa, y sentimientos y reflexiones fluían libremente. Comenzó con un ejercicio de imaginación dirigida en el que nos visualizábamos los dos, sentados sobre un gran peñasco junto a un río. Él describía las imágenes que veía pasar flotando río abajo. Al principio, el agua era gris y turbia pero, al cabo de pocos días, las escenas de su infancia comenzaron a pasar a la deriva, y me las describía como si las estuviera viendo en un sueño. A veces, sollozaba en silencio. Después, me habló de un hombre al que había hecho daño durante su adolescencia, pero de quien no se había acordado durante décadas. Lo animé a sentirse perdonado y a perdonar a este hombre a cambio. Al final aparecieron las imágenes de mi madre y de los hijos que habían tenido juntos. Me hablaba de todo esto con gran detalle, hasta que se quedaba dormido, tranquilamente. Era un proceso privado que compartíamos sólo nosotros dos; pero, al final, mi padre fue capaz de convocar a toda la familia y decirnos, uno a uno, lo mucho que nos amaba. Fue la primera vez que cualquiera de nosotros le oía decir 225

«Te quiero». Se había pasado la vida intentando expresar esos sentimientos, pero nunca había sido capaz de hacerlo hasta aquel

momento.

Un inmenso perdón puede tener lugar durante la recapitulación. Pero no espere ser usted un obrador de milagros y piense que puede conseguir en pocas horas la sanación que no se ha conseguido en toda una vida. Las personas suelen morir del mismo modo en que vivieron. Es natural que su ser querido se muestre irritable ante el término de su vida, y es muy probable que se convierta usted en la diana de su resentimiento. Tenga cuidado de no reaccionar ante esto o de no tomárselo como algo personal. Cuando se acerca la muerte, se pueden comprende de pronto cosas de la vida que pueden tener un efecto poderoso en el moribundo. Una de esas cosas puede ser el darse cuenta de que podríamos haber vivido de otra manera, que podríamos haber amado con más intensidad y profundidad, y que podríamos haber perdonado mucho antes. Esa ira no la dirige su ser querido contra usted, no es algo personal. Hágale ver que está bien que dé voz a sus sentimientos, y responda a su ira dándole apoyo y confortándolo físicamente. Tómelo de la mano mientras llora o expresa su ira. Sea usted una fuente inalterable de amor y de soporte incondicional, aun bajo la tormenta de su cólera. Cuanto más dispuesto esté su ser querido a perdonarse a sí mismo, con más rapidez transformará su cólera en compasión.

Si el estado de la persona querida es crítico y no se le ha informado de ello, hágaselo saber por todos los medios. La mayoría de las personas lo sabe de todas formas. Pueden sentir el cambio en la actitud de los miembros de la familia presentes: un extraño silencio en la habitación, las conversaciones en voz baja,

las sonrisas forzadas… Es mejor ser directos, aunque tiernos y compasivos. Su franqueza le dará a su ser querido el permiso para abrirse a usted. Sabrá que puede contar con usted para revelarle la verdad.

Concesión del permiso para morir

Probablemente, el paso más importante en los ritos de muerte sea el darle al ser querido el permiso para morir. Hágale saber que no hay motivo para preocuparse por los que quedan atrás. Una alumna mía llamada Diane estuvo junto al lecho de su madre moribunda durante semanas. La anciana mujer era incapaz de dejarse ir, a pesar del hecho de que estaba padeciendo intensos dolores y ya no podía ni comer.

Diane había hecho varias iluminaciones con su madre, y ella y su hermana habían comenzado con ella el proceso de perdón y de sanación de las heridas del pasado. Finalmente, a Diane se le ocurrió que ella y su hermana no le habían hecho saber a su madre que estaba todo bien y que podía partir. Al final, dijo: «Madre, estamos aquí contigo y te queremos mucho. Queremos que sepas que todo irá bien. Cuidaremos una de otra y mantendremos unida a la familia. A pesar de que te vamos a echar de menos, es perfectamente natural que partas. Guardaremos en nuestro corazón tantos momentos hermosos que hemos vivido juntas, pero no queremos que sufras más, o que sigas aferrándote a la vida. Tienes todo nuestro permiso para

morir. Sabes que siempre te querremos». Pocas horas después, su madre tomó su último aliento y murió en paz.

Sin el permiso de usted para morir, su ser querido podría aferrarse a la vida durante meses, soportando un sufrimiento innecesario y generando una profunda angustia en la familia. Ese permiso debe proceder de los familiares más cercanos, e idealmente debería haber consenso. Si alguno de los miembros de la familia no está de acuerdo en dejar ir a la persona, anímenlo no obstante a que exprese su amor y su perdón. Me he dado cuenta de que los miembros de la familia que se muestran más reacios a conceder el permiso para morir a un ser querido son aquellos que tienen muchos asuntos por resolver con el moribundo, o bien los que tienen más miedo a su propia muerte. Todas las voces en la reunión han de ser tenidas en cuenta y han de ser escuchadas. Si usted está trabajando con un cliente, asegúrese de que todos los familiares cercanos dan voz a sus sentimientos ante la persona moribunda. Como sanador o sanadora, usted puede añadir también su consentimiento, pero recuerde que el permiso de las personas más cercanas al cliente es el que tiene mayor peso, aun cuando se trate de un amigo personal y confidente, y no de un miembro de la familia.

Los ritos finales

No hace falta ser un chamán ni un sacerdote para realizar los ritos finales. Usted puede mantener el espacio para que un ser querido pueda ser alcanzado por la mano del Espíritu. En los ritos finales hay dos partes: el proceso de iluminación y la liberación

del campo de energía luminosa. Muchos son los clientes que me han 227

dicho que han sentido la presencia en torno a ellos de familiares fallecidos anteriormente, así como de seres luminosos, durante el proceso de iluminación. Es como si hubiera comadronas espirituales al otro lado preparándose para recibir al moribundo.

Mediante el proceso de iluminación, usted puede crear el espacio en el que su ser querido pueda experimentar la gracia y la liberación. Es fácil sentirse abrumado por la idea de que uno debe llevar a cabo la sanación de toda una vida en unos cuantos días. Pero resulta aún más abrumador si el ser amado está a punto de morir. Recuerde, no obstante, que nunca es tarde para sanar. Ante la inminencia de la muerte, nos damos cuenta de que no tenemos tiempo que perder. No existe una mañana en el que podamos ocuparnos de la sanación que hemos ido postergando a lo largo de la vida. Un amigo mío, sacerdote católico, me comentó en cierta ocasión que la confesión de un moribundo es la confesión más importante, porque es la más sincera, y usted descubrirá que esta sanación es una de las más potentes experiencias de la vida.

Es mejor comenzar el proceso de iluminación tiempo antes de que su ser amado se enfrente al tránsito, dado que pueden hacer falta varias sesiones para limpiar la energía tóxica acumulada en torno a las huellas de toda una vida. No tenga miedo de recoger residuo tóxico alguno que pueda estar adherido a los chakras de la persona, dado que estos residuos entrarán en combustión y se convertirán en luz. No se encuentran

usted en peligro alguno. El proceso tiene lugar en un nivel energético y no psicológico, de modo que estas energías no emergen como ira resentimiento.

Si descubre que las propias creencias religiosas de su ser querido no le permiten experimentar la iluminación, no lo fuerce a ello. No está usted aquí para convertir a nadie a sus creencias. Está aquí para ayudar a la persona a encontrar la fuerza, la dirección y la fortaleza espiritual necesarias para embarcarse en el mayor viaje de su vida. Me acuerdo de una vez en que asistí al padre de un amigo, un hombre muy religioso de poco más de ochenta años. Cuando mi amigo le explicó en qué consistía el trabajo de sanación que yo hacía, su padre se lo quedó mirando sin poderse creer lo que estaba escuchando. El anciano le dio las gracias a su hijo y le hizo saber que todos los días venía a verlo a su habitación en el hospital un sacerdote; juntos aquello era suficiente para él. El anciano había viajado mucho, y entablamos conversación acerca de la selva peruana, que él había visitado siendo joven. Nos pusimos a intercambiar

historias sobre los puertos fluviales del Amazonas, y se quedó dormido al cabo de unos cuantos minutos de conversación. La tercera vez que fui a visitarlo le pregunté si le importaría que rezara con él. Él me dijo que estaría encantado, y yo lo tomé de la mano y cerré los ojos en oración. Me había dado cuenta de que su mujer era la única persona que lo tocaba; todos sus hijos se mantenían a distancia, aun cuando estuvieran conversando animadamente con él. Era como si tuvieran miedo de que la muerte pudiera ser contagiosa, y no quisieran arriesgarse a

infectarse a través del contacto físico. Cada vez que cerrábamos los ojos para rezar, él me agarraba de la mano y se dormía al cabo de pocos minutos.

Es esencial que usted obtenga el permiso de su ser amado antes de llevar a cabo una iluminación o cualquier otro trabajo de los ritos de muerte. El padre de mi amigo me había dado permiso para rezar con él. Y esto era todo lo que yo necesitaba para realizar una iluminación. Era sumamente difícil ponerse detrás de su cabeza para presionar los puntos de profundización y de relajación, dado que la cama del hospital estaba pegada a la pared, de modo que llevaba a cabo la iluminación desde un lado, sosteniendo simplemente su mano, pidiéndole en silencio a su mente-cuerpo que activara los puntos de profundización cada vez que yo presionaba un punto en su mano, y que activara los puntos de relajación cada vez que yo presionaba un punto diferente. Mi cliente estaba preparado para tomar parte en la sanación. Su mente-cuerpo colaboró de inmediato, haciendo las necesarias conexiones luminosas entre los puntos de la mano y los de la parte posterior de la cabeza.

Los puntos con los que trabajo en la muñeca están en los mismos meridianos de acupuntura que los puntos de profundización y de relajación. Estos puntos de profundización en la mano están situados en la parte externa de la muñeca, en la arruga de la articulación de la muñeca. Los puntos de relajación están situados entre dos y tres centímetros por encima de la muñeca, en la parte superior e inferior del antebrazo. Yo abría el chakra con el que estábamos trabajando y lo cerraba cuando

habíamos terminado. En tres sesiones completé el proceso de iluminación de los siete chakras. Cuando el padre de mi amigo se despertaba tras cada una de las iluminaciones, me decía que había tenido un sueño muy reparador, y que había soñado mucho. Le enseñé a mi amigo a realizar los ritos finales con su padre, puesto que yo iba a estar lejos para cuando muriera. Cuando regresé, me enteré de 229

que había fallecido mientras dormía.

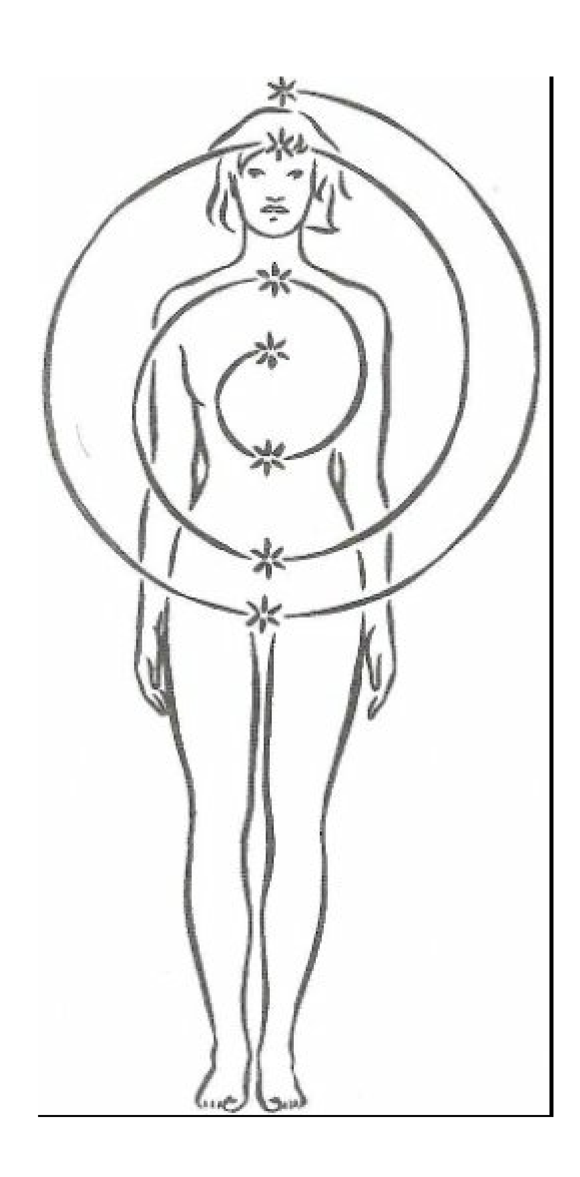
El proceso de iluminación hace entrar en combustión la energía en los chakras y borra las huellas del campo de energía luminosa. Con ello, se alivia el proceso de revisión de la vida en el mundo del Espíritu, dado que la mayor parte de la carga se ha extraído de los recuerdos emocionales. Y, dado que usted estará iluminando los siete chakras, no tendrá que hacer pruebas para ver qué chakras están afectados. Cuando haya limpiado los residuos del primer chakra, equilíbrelo haciéndolo girar de nuevo en la dirección de las agujas del reloj, y pase al segundo chakra, siguiendo el protocolo del proceso de iluminación. Lo más probable es que no pueda usted iluminar los siete chakras en una sola sesión, dado que el proceso puede ser largo y laborioso.

El cuerpo sabe cómo morir, del mismo modo que sabe cómo nacer. Nueve de cada diez veces, el campo de energía luminosa regresa sin problemas al mundo del Espíritu, del mismo modo que nueve de cada diez nacimientos se desarrollan sin complicaciones. Durante el parto, uno de cada diez no es un nivel de riesgo aceptable, e incluso los partos naturales se planifican para que tengan lugar en un hospital, al alcance de un médico. El

desenganche de los chakras durante los ritos finales sólo se hace necesario cuando el proceso no se desarrolla de forma natural. Estos ritos tendrá que realizarlos una vez la persona haya muerto. Usted libera el campo de energía luminosa y sella los chakras inmediatamente después del fallecimiento, para que el cuerpo luminoso no vuelva a entrar en la cáscara física o bien se contamine con los residuos energéticos del cuerpo.

1. Abra el espacio sagrado, invocando las cuatro direcciones, el Cielo y la Tierra (véase el capítulo 6).

2. Expanda su propio cuerpo luminoso sobre sí mismo y sobre su ser querido. Es importante trabajar dentro de este doble espacio sagrado. El espacio sagrado protege a su ser querido de cualquier energía externa perjudicial. Las leyendas de los pueblos de la selva dicen que, en el momento de la muerte, los fantasmas hambrientos de todos aquellos a los que hicimos daño u ofendimos se reúnen en torno al lecho de muerte para reclamar su deuda, y siguen al fallecido hasta que obtienen su retribución. Yo prefiero interpretar estos fantasmas hambrientos como los demonios psicológicos que representan los asuntos



inconclusos de nuestro pasado. Éste es el motivo por el que es tan importante darle término a la vida, cerrar la vida. En cuanto lo hacemos, los fantasmas hambrientos se disipan; el perdón los disuelve en el aire. Cuando usted expanda su campo luminoso sobre su ser querido, estará creando una isla de tranquilidad en medio de la tormenta. En esta isla, los familiares fallecidos previamente y los sanadores del mundo del Espíritu asisten a la persona fallecida. Existe un dicho entre los chamanes del Alto Amazonas 231

que dice que el propósito de toda su preparación consiste en

aprender el modo de dejar esta vida vivos. Esto no quiere decir que intenten llevarse con ellos el cuerpo físico, sino que intentan mantener la conciencia intacta a través del viaje.

3. Después de que su ser querido haya dejado de respirar, desenganche los chakras. Lo ideal es que este paso se realice inmediatamente después de que la persona fallezca, y en cualquier caso no después de que hayan pasado cuarenta horas desde su último aliento. Inmediatamente después de la muerte, los chakras comienzan a liberar los hilos luminosos que una vez los conectaron con los acontecimientos del pasado. El ritmo de los chakras cambia. Uno puede sentir cómo se in crementa la frecuencia y la vibración de cada chakra, que comienzan a desengancharse del cuerpo, pero que se ven obstaculizados por lo residuos que hay en su interior.

Dado que la energía de los chakras cambia con suma rapidez, los desenganchamos siguiendo el arco de una espiral, con el corazón en el centro. Hay que hacer girar cada chakra en dirección contraria a las manecillas del reloj. Ponga la mano sobre el chakra del corazón de su ser querido, y luego gire los dedos en dirección contraria a las agujas del reloj tres o cuatro veces para desenvolver este centro. Continúe con el plexo solar, luego con la garganta, después con el segundo chakra, más tarde con el sexto, a continuación con el chakra raíz y, por último, con el chakra corona, siguiendo los pasos que se describen a continuación. A medida que desenvuelve los chakras, imagine que está haciendo una gran espiral, con el corazón en el centro. Siga estos pasos atentamente.

4. Trace el arco de una espiral con la mano, mientras se mueve hasta el tercer chakra o plexo solar, repitiendo el procedimiento descrito previamente. Cuando haya desenvuelto el tercer chakra, vuelva al corazón, sienta ese chakra y retrace el arco de una espiral, bajando al tercer chakra y subiendo luego al chakra de la garganta.

5. Repita el procedimiento con cada chakra, volviendo al chakra del corazón después de desenvolver cada centro de energía. El último chakra que liberará será el de la corona. Para entonces, habrá trazado una gran espiral varias veces sobre el cuerpo de la persona. El cuerpo luminoso de su ser querido puede salir a través de cualquiera de los siete chakras.

6. Presione con energía a través de los pies de su ser querido para liberar su cuerpo luminoso de un «empujón». Ponga las palmas de las manos en las plantas de los pies de su ser querido, de manera que su palma derecha descanse sobre la planta izquierda de él o ella, y viceversa. Visualice cómo la energía mana por sus manos y penetra en su cuerpo. El campo de energía luminosa se adhiere a veces a los chakras, incluso después de haberlos desenvuelto. Es este el motivo de que se empuje el campo de energía luminosa de tal manera que se libere del cuerpo. En la mayoría de los casos, el cuerpo luminoso sale inmediatamente después de haber

desenvuelto los chakras, y no hace falta realizar este paso ni el siguiente.

7. Saque el cuerpo luminoso. Vaya hasta la cabeza de la persona y acúnela entre sus manos. Sostenga la cabeza suavemente durante unos instantes, haciéndole saber a su ser querido que todo va bien y que ha llegado el momento de partir. Dígale que estará bien y que lo quiere. Recuerde que aún puede estar oyéndolo. Diga todo esto con palabras tiernas, pero firmes. Tire hacia atrás las manos, ejerciendo una suave presión sobre su cabeza, y saque su cuerpo luminoso a través del chakra corona. Sentirá una tremenda oleada de energía en el momento en que el campo de energía luminosa se libere del cuerpo. Un alumno nuestro dijo que él y sus hermanos pasaron de las lágrimas de desesperación a lágrimas de alegría cuando se liberó el cuerpo luminoso de su madre. Toda la habitación se llenó de una paz que no podían describir. El cuerpo luminoso no siempre sale a través de la corona. Saldrá a través de cualquier chakra, el que resulte más adecuado para la partida. He visto casos en los que el cuerpo luminoso salía a través del segundo chakra o del chakra del corazón.

8. Selle los chakras haciendo la señal de la cruz sobre cada centro con el pulgar. Sellando los chakras se impide que el cuerpo luminoso regrese a una forma física sin vida. Puede utilizar para ello agua bendita o un aceite esencial. Recuerde que la cruz es más antigua que el cristianismo. Representa el sellado de una entrada en un cuerpo físico que nunca más se volverá a utilizar.

En las tradiciones cristianas, uno se encuentra con prácticas similares asociadas a los últimos ritos, salvo que en estos casos el significado de los ritos hace tiempo que se olvidó. El sacerdote unge la frente y el corazón, haciendo la señal de la cruz sobre ellos con agua bendita. Pero es 233

probable que no sea consciente de que está dejando atrapado el campo de energía luminosa de la persona dentro del cuerpo físico, ligando el espíritu a la materia en una cáscara inerte. Cuando esto sucede, la persona puede seguir identificándose con ese cuerpo físico en descomposición. Si el fallecido es ese uno de cada diez que no regresa de forma natural al mundo del Espíritu, puede que no sea libre hasta que el cuerpo se descomponga por completo y no quede materia sobre la cual adherirse el cuerpo luminoso.

La primera vez que administré los ritos de muerte, aparte de las veces en que ayudé a mi mentor, fue cuando murió mi padre. Yo estaba con él cuando entró en coma. Mi hermana, mi madre y yo seguimos en vigilia a su lado, sosteniéndole la mano durante días y haciéndole saber que lo queríamos, que estaríamos bien y que no tenía por qué preocuparse por nosotros. Al término de una de estas sesiones, mi hermana y yo salimos para comer un tentempié. Cuando regresamos, vimos que había dejado de respirar. Un joven sacerdote católico estaba junto a la cama administrándole la extremaunción. Yo saqué amablemente al sacerdote de la habitación y cerré la puerta. Mientras desenvolvía los chakras de mi padre, observé cómo su cuerpo luminoso salía

a través del corazón. En cuanto sus chakras quedaron libres, su cuerpo luminoso se desprendió del cuerpo físico. Sólo hubo que dar un empujoncito de amor a través de las plantas de sus pies. El ambiente cambió en la habitación. Sentimos una serenidad que podría asociarse más con las catedrales que con los hospitales. Mi madre dejó de llorar y nos abrazamos los tres. Percibimos la presencia de mi padre en la habitación, y sentimos que se había liberado del abrumador dolor que había padecido durante el último año. Sellé sus chakras, abrí la puerta e invité al joven sacerdote a que completara su ceremonia.

AYUDA ESPIRITUAL

El sanador debe prestar ayuda espiritual al moribundo del modo más discreto posible. Tenga en cuenta que todos los que lo rodean están necesitando sanación, y no sólo la persona moribunda. Habrá veces en que la familia querrá que usted asuma un papel director, simplemente por no tratar con la muerte. Tenga cuidado de no meterse en tal aprieto. La tarea más importante del sanador consiste en mantener 234

el espacio sagrado. Durante el proceso de muerte, todos los sentimientos se amplifican. Los acontecimientos dolorosos del pasado, la confusión del moribundo y el dolor de los familiares presentes en la habitación, todas y cada una de estas cosas se suman al caos. Cuando usted mantiene a un ser querido dentro de su propio campo de energía luminosa, está creando un oasis de paz. En esa calma, el moribundo puede encontrar y reconocer a sus seres queridos y descubrir a los sanadores luminosos que lo esperan al otro lado.

MUERTE SIMBÓLICA

Los chamanes descubren el viaje más allá de la muerte mediante el Vuelo del Espíritu. Ellos creen que es importante conocer el sendero hacia el infinito ahora, mientras siguen teniendo un cuerpo al que pueden retornar. Realizan rituales en los que mueren simbólicamente y viajan al mundo que hay más allá de la muerte, donde reciben poderosos dones sanadores. Practicando

el Vuelo del Espíritu (llamado a veces en Occidente experiencia extracorpórea) y la meditación, el hombre o la mujer medicina descubre los mapas de la otra vida. Al otro lado de la vida sólo descubren vida. El viaje más allá de la muerte se ha convertido en un símbolo arquetípico de transformación, y se encuentra en todas las culturas del planeta. Este viaje hasta la realidad divina está ilustrado en la vida de Cristo, que pasó tres días entre los muertos antes de reaparecer en la Tierra.

Las tradiciones orales de los pueblos indígenas abundan en historias en las que se habla de los desafíos a los que uno quizá tenga que enfrentarse en su viaje hacia la luz. Entre estas pruebas se encuentran las de las figuras demoníacas, los monstruos de múltiples cabezas, los espíritus del mal, los fantasmas y los espectros; en resumen, todos los personajes de una pesadilla ciertamente terrorífica. La mitología no sólo nos proporciona descripciones detalladas de estos encuentros, sino también las estrategias utilizadas para superarlos. Si estudia usted estas historias con detenimiento, descubrirá que el héroe logra el éxito a través de un cambio de conciencia, y no mediante la batalla. Cuando Hércules se enfrentó a la hidra, una serpiente de múltiples cabezas, se dio cuenta de que, cada vez que le cortaba una cabeza, le crecían dos más. Un chamán del Amazonas me dijo que, en cierta ocasión, durante un Vuelo del Espíritu, 235

se encontró con una anaconda gigantesca. Por mucho que corriera, la serpiente siempre lo alcanzaba. Al final, la serpiente elevó su cabeza delante de él y abrió sus cavernosas fauces. El

chamán llegó a ver el rugoso paladar de la boca de la serpiente, convencido de que aquel enorme animal lo iba a devorar. Pero, en aquel momento, temblando de pavor, se metió de un salto en la garganta de la anaconda, que se lo tragó. Sintió cómo trituraba su cuerpo y cómo aplastaba todos y cada uno de sus huesos. Pero después se dio cuenta de que podía ver a través de los ojos de la serpiente y de sentir la textura del suelo bajo su vientre. Terminó su viaje con la forma de aquella gran serpiente, y ahora la serpiente lo guía cada vez que se embarca en un Vuelo del Espíritu.

Todas las religiones tienen un corpus de conocimientos en los que se describe el viaje más allá de la muerte, con instrucciones sobre cómo alcanzar la liberación y detalles sobre lo que nos encontraremos cuando estemos allí. Los más conocidos se encuentran en el Bardo Thodol (Libro Tibetano de los Muertos), que, como su homólogo egipcio, no sólo era apreciado por sus mapas del mundo del Espíritu, sino también porque revelaba el secreto de la vida. Los mapas son útiles en la muerte, pero son más importantes aún para ayudarnos a comprender el misterio de estar vivos. Alcanzamos la libertad en cuanto comprendemos la continuidad de la vida a través de la eternidad. La muerte deja de acechamos, y descubrimos un yo que mora en el infinito.

EPÍLOGO

Machu Picchu fue construido por Pachacútec, el noveno rey inca, que gobernó un imperio del tamaño de Estados Unidos. Su nombre significa «renovador del mundo», y encarna la esencia de

las profecías incas que anuncian el período de renovación del final de los tiempos, o *pachacuti.* La palabra *pacha* significa, en quechua, «Tierra» o «tiempo». *Cuti* significa «volver lo que está arriba abajo». *Pachacuti,* por tanto, hace referencia a un tiempo de grandes trastornos en la Tierra. El último *pachacuti* tuvo lugar con la llegada de los conquistadores españoles, cuando el mundo indio se vio trastocado, poniendo abajo lo que estaba arriba, y el orden se convirtió en caos. A reyes y jefes se les dio muerte, los hombres y las mujeres medicina fueron esclavizados, y a los indios se los obligó a trabajar cruelmente en plantaciones y minas. El próximo *pachacuti,* según los chamanes incas, ya ha comenzado, y los trastornos y el caos característicos de este período durarán hasta el año 2012. Durante esta época, el mundo se volverá a poner derecho de nuevo. Llegará a su fin el paradigma del saqueo y el pillaje de la Tierra que trajo la civilización europea, y regresarán los caminos de los pueblos de la Tierra. El conquistador perecerá bajo su propia espada. La Tierra recobrará el equilibrio.

Para los incas, este *pachacuti* supone el fin del mundo tal como lo conocemos. Aunque las profecías mencionan la posibilidad de la aniquilación, en realidad prometen el amanecer de un milenio de paz, que comenzará tras este período de confusión. Pero, aún más importante para los chamanes, las profecías hablan de un desgarro en el mismísimo tejido del tiempo, una ventana en el futuro a través de la cual emergerá una nueva especie humana. Don Antonio solía decir que el *Homo sapiens* ha muerto, y que un nuevo ser humano, el *Homo luminus,* está naciendo en este mismo instante en 237

nuestro planeta. Curiosamente, mi mentor creía que la evolución tiene lugar dentro de las generaciones, no entre generaciones, como cree la biología. Esto significa que *nosotros* somos ese nuevo ser humano. Nosotros somos aquellos que hemos estado es perando. La cuestión ya no estriba en si podremos dar un salto cuántico que nos lleve hasta lo que vamos a ser, sino más bien si nos atreveremos a darlo.

Don Manuel Quispe había alcanzado una perspectiva verdaderamente global. Entendía que los destinos de las personas en la Tierra están interconectados. Creía que las profecías incas, así como las de los hopis y los mayas, eran para gentes de todos los colores y todas las naciones, y que estaban fundadas en *munay,* el incondicional poder del amor.

Con los años, Don Manuel terminó invitándome a participar en sus ceremonias más privadas. Recuerdo una ocasión en la que conocí al más anciano de los hombres medicina incas, el equivalente del Dalai Lama, durante una ceremonia en las cercanías de Cuzco. Estábamos reunidos en unas ruinas incas, rodeados de picos montañosos que se elevaban más de kilómetro y medio por encima de nuestras cabezas, aun cuando nos encontrábamos ya a más de 3.300 metros de altitud. El chamán sujetaba tres hojas de coca entre los dedos, y se puso a rezar. Sopló sus oraciones en las hojas e invocó al espíritu de las montañas y a la Madre Tierra. Tuve la sensación de que aquellos picos coronados de nieve estaban presentes en nuestra ceremonia. De repente, ya no estaban a mi alrededor y por encima de mí, sino a mi lado, o quizás era yo el que estaba a su

lado, en los verdes valles que hay entre ellos. Él creía que las ceremonias de sanación y los conocimientos de los indios pertenecían a todo el planeta. Y esto me quedó claro durante una expedición a la montaña sagrada, el Ausangate.

Estábamos en Pachanta Pampa, preparándonos para el último tramo del camino hasta nuestro campamento, a 4.200 metros de altitud. Durante los próximos seis días, viviríamos, comeríamos y tomaríamos parte en una ceremonia con los ancianos incas. El monte Ausangate está a más de 6.300 metros de altura sobre el nivel del mar, y se lo conoce como «la montaña envuelta en la tormenta». Estábamos haciendo el ascenso en julio, en mitad del invierno en Suramérica. Según la leyenda, las nubes que envuelven constantemente la montaña se abren cuando los chamanes llegan para realizar la ceremonia en la *huaca,* un lugar de poder que se encuentra justo en el corazón de la montaña.

238

–Tendrás que vendarle los ojos al caballo antes de montarlo –me dijo el indio con una mezcla de castellano y quechua–. Se asusta con facilidad.

Miré mi caballo, poco más grande que un poni, y vi el pañuelo que le cubría los ojos, y mascullé en voz baja: –Maldita sea.

–Es un buen caballo –continuó el indio al observar mis dudas–.

Pequeño, pero bueno. A los caballos grandes les falla el corazón

a esta altitud.

Levanté la mirada y vi que no había ni una mancha azul en el cielo. De hecho, parecía como si se fuera a poner a nevar en cualquier momento. No parecía que fuera a ser mi día. Me volví hacia aquel hombre, sujetando a mi caballo por las riendas, y dije: –Creo que iré caminando. Muchas gracias. [21]

Las *huacas* son lugares sagrados, pero también son peligrosos. Se encuentran allí donde el velo entre los mundos se hace más fino, donde se desdibujan las percepciones ordinarias del tiempo y el espacio. Son lugares donde el *causay,* la energía original de la Creación, se filtra en nuestro mundo, donde los chamanes pueden influir en acontecimientos acaecidos en el pasado, y donde pueden leer el destino. La más poderosa de todas las *huacas* incas se encuentra en el monte Ausangate. Cada año, setenta mil peregrinos, muchos de ellos hombres y mujeres medicina, se reúnen en la montaña para realizar la más grande celebración india de las Américas, el Q'oyllur Riti, la Festividad de la Estrella de Nieve. Esta festividad se celebra en la parte «pública» de la montaña. Nosotros íbamos al corazón de la montaña, a un lugar a los pies de un glaciar que sólo conocían Don Manuel y el resto de ancianos. Íbamos a presenciar la lectura de las profecías incas del tiempo por venir.

A cuatro mil doscientos metros de altitud, cada paso que das es una meditación. A las tres horas de caminata ya estaba lamentando no haber tomado un caballo, con los ojos vendados o no. Pero la bendición que no esperaba era que iba a caminar con una partida de más de cincuenta chamanes. A mi lado iba

Don Manuel. Él decía que los incas no cabalgaban sobre caballos, porque «eran españoles». El resto de los miembros de nuestro grupo había tomado un sendero más largo, más adecuado 21. En español en el original. *(N. del T.)*

para los caballos. Nosotros íbamos a pasar por un sendero que nos obligaría a vadear torrentes glaciares en los que el agua nos iba a llegar hasta la rodilla. Mis botas de Gore-Tex se calaron, y el chapoteo que hacían a cada paso que daba hacía reír a las mujeres, que me indicaban que eran mucho mejor sus sandalias, hechas con suelas de neumáticos viejos. Se secaban rápidamente en aquel aire tan tenue.

–Hemos vivido en las montañas desde el principio del tiempo –me dijo Don Manuel–, aún antes de la fundación de la ciudad de Cuzco. Nuestros antepasados se instalaron en las cumbres de las montañas después de que los Ñaupa Runa, los seres anteriores al mundo, fueran desterrados por los Hijos del Sol. Siempre hemos vivido con los *apus,* las montañas sagradas.

En la época de los conquistadores españoles, un grupo de chamanes incas regresó a las cimas de las montañas para escapar de la Iglesia y de los conquistadores. Durante siglos, los incas creyeron que aquello era una leyenda, un mito del distante pasado. Pero hace casi cincuenta años bajaron desde las cimas a la festividad del Q'oyllur Riti, y los hombres y mujeres medicina

los reconocieron como los últimos de los Hijos del Sol. La leyenda dice que, cuando aparecieron con sus ponchos y con su emblema real del Sol, se abrió un pasillo en medio de los miles de personas reunidas, y se Cuenta que los ancianos les dieron la bienvenida, diciendo: «Os hemos estado esperando durante quinientos años».

Cuando le pregunté a Don Manuel por qué habían bajado de sus altas montañas, me dijo que era algo que se había anunciado en sus profecías. Durante quinientos años habían estado observando la obra de los conquistadores: la contaminación de los ríos, la construcción de ciudades, el cambio en los patrones climáticos y otras señales. Don Manuel me dijo que a ellos se les había confiado una profecía que anunciaba el fin de los tiempos.

–Cualquiera puede ser un adivino –dijo Don Manuel–. Nosotros hemos sido los custodios de un conjunto de procedimientos, de ritos, que nos llevan a aquello en lo que nos vamos a convertir como personas, como planeta. Estos procedimientos no son únicamente para los indios, sino para todo el mundo. Se los conoce como los ritos de *mosok karpay,* los ritos del tiempo por venir.

Le pedí a Don Manuel que me explicara en qué consistían estos procedimientos.

–Nuestras profecías están escritas en piedra –dijo–. Nosotros no tenemos un lenguaje escrito, como vosotros. Nosotros sólo tenemos nuestros tejidos y nuestras piedras. Si

comprendes Machu Picchu y las piedras de aquella antigua ciudad –continuó–, comprenderás Cuzco. Machu Picchu es una miniatura de Cuzco. Si comprendes Cuzco, comprenderás todo el imperio inca.

En ese momento se detuvo, y yo aproveché la ocasión para apoyarme en una roca y recuperar el aliento. Estábamos a algo más de un kilómetro de Azulcocha, nuestro campamento base en la Laguna Azul, en el corazón de la montaña. Todo a nuestro alrededor eran *apachetas*, pilas de piedras de oración amontonadas por los peregrinos que habían emprendido el mismo viaje que nosotros. Las piedras estaban cuidadosamente apiladas, unas encima de otras, formando torres de entre 150 y 180 centímetros de altura. La roca en la que me había apoyado tenía una de estas *apachetas* encima, y Don Manuel señaló que éstas marcaban la entrada en el espacio interior, en el corazón de la montaña. Don Manuel se agachó junto a mí y abrió su *mesa*, la colección de piedras y de objetos de poder que lleva consigo todo chamán.

–Si tú comprendes la *mesa* –dijo, mientras desenvolvía cuidadosamente su hato medicinal para mostrar las piedras que había en su interior–, comprenderás Machu Picchu y las profecías.

El chamán se gana su *mesa* durante el transcurso de su propia sanación. Cada piedra representa una herida que ha sido transformada en fuente de sabiduría y coraje. En este proceso, el chamán o la chamana limpia las huellas kármicas de su campo de energía luminosa y los residuos tóxicos que manchan sus

chakras. Al liberarse de la garra de las huellas del pasado, el hombre o la mujer medicina puede conformarse en aquel o aquella en que se va a convertir. Sus chakras extienden hilos luminosos que atraviesan el tejido del tiempo y se anclan en el infinito. A través de estas fibras de luz fluyen las enseñanzas y la sabiduría del pasado y del futuro, recordando las historias de la antigüedad y rememorando las que aún no han sido contadas. Y así construye un cuerpo que envejece, sana y muere de forma diferente. Se puede convertir en un inca, un hijo del sol, el *Homo luminus.*

El fin de la tiranía del tiempo… todas las religiones del mundo hablan de ello. En el judaísmo, el Mesías vendrá al final de los tiempos. En el cristianismo, el 241

tiempo terminó una vez con la llegada de Cristo, y volverá a terminar al final de los tiempos, cuando «los vivos y los muertos se levanten y sean juzgados». Es curioso constatar que todos ellos asumen que el tiempo discurre sólo en una dirección, que el final de los tiempos es algo que ocurrirá cuando se acaben los minutos y los segundos.

Me he dado cuenta de que, para Antonio, Laura, Manuel y sus cohortes, salir del tiempo es un proceso, no algo que ocurrirá en algún distante futuro. Y su ingrediente clave es el proceso de iluminación. En vez de mantener abierto un espacio sagrado durante un rato y traer la energía causay *para sanar, ellos entran en el espacio, retornan a la fuente que ellos llaman el* texemuyo. *Mi amigo el sacerdote jesuita me ha estado dando la lata para que lo trajera a esta ceremonia, pero me niego a*

hacerlo. En ella, el chamán recupera el yo que nunca abandonó el Jardín del Edén, que sigue hablando con Dios, que no muere. Algo bastante excitante. Todo el mundo está esperando la eter nidad, mientras los chamanes dicen: «¿Qué tal esta noche?».

El problema con el tiempo, tal como nosotros lo entendemos, es que está desposado con la causalidad. Causa y efecto. Aquel que soy hoy día es el resultado de lo que ocurrió ayer o hace diez años. Entre las maldiciones que vienen con la causalidad están los psicólogos. Toman las malas hierbas que crecieron en la infancia, las rastrillan y cortan los tallos, pero nunca las arrancan de raíz. Siguen cosechando patologías y se olvidan de plantar las semillas de futuras posibilidades. La causalidad te condena a lo ordinario y a los lugares comunes.

Me resulta interesante la idea de las relaciones no causales. Antonio dice que fue él quien orquestó nuestro encuentro, que me habría sido imposible encontrarlo buscándolo. Si quinientos años de conquistadores y de misioneros no lo han encontrado a él ni a su pueblo, ¿quién soy yo para pensar que pudiera haberlo conseguido?

Esta noche es una buena noche para salirse del tiempo. El Infinito es paciente.

DIARIOS

Lo invito a que me haga saber sus experiencias con los procedi mientos de sanación chamánicos. Envíe un correo electrónico al doctor Alberto Villoldo, villoldo@thefourwinds.com. Me encantará saber de sus éxitos y sus historias. También puede visitar nuestra página web, thefourwinds.com, si busca artículos, fotografías y videoclips de los chamanes sanadores.

Para más información sobre la Healing the Light Body School y sobre los programas de formación que ofrece el doctor Alberto Villoldo, visite por favor nuestra página web, o bien llame al (310) 454-0444.


ÍNDICE ANALÍTICO

A

C

B

D

E

F

H

I

J

K

L

M

N

O

P

Q

R

S

T


V

W



ÍNDICE

Para mayor información del Dr. Alberto Villoldo en español,

visite www.loscuatrocaminos.com

«Al fin, un buscador, experto y profesor, profundamente comprometido, nos trae el rico legado de los nativos americanos para que ocupe el lugar que por derecho le corresponde entre las grandes tradiciones espirituales del mundo».

RUDOLPH BALLENTINE, M.D.,

Autor de Curación Radical

DESCUBRA UNA DIMENSIÓN DE LA SANACIÓN

COMPLETAMENTE NUEVA

Alberto Villoldo, antropólogo médico de formación académica, lleva estudiando las técnicas de sanación chamanicas entre los descendientes de los antiguos incas desde hace más de veinte años. En *Chamán, sanador, sabio,* recurre a su vasto corpus de conocimientos para elaborar un programa práctico y revolucionario que se basa en los métodos de curación tradicionales que utilizan los chamanes; métodos que, hasta ahora, han sido prácticamente inaccesibles.

Un concepto clave de la sanación chamánica es el del Campo de Energía Luminosa que envuelve nuestro cuerpo físico. Villoldo enseña a ver y modificar las huellas que la enfermedad deja en este campo; además de mostrar cómo sanarse a sí mismo y a los demás, y cómo prevenir cualquier dolencia.

Chamán, sanador, sabio es un libro rico en sabiduría antigua y en técnicas contemporáneas, que cualquier persona puede aprender con facilidad y deleite.